حصہ دوم

ہپناٹزم

رئیس امروہوی

ئیس اکاڈمی

مانک جی اسٹریٹ. گارڈن ایسٹ. کراچی ۳

ہپناٹزم

فنِ تنویم کاری کے تجربات اور مشاہدات

حصّہ دوم

رئیس امروہوی

ناشر —— رئیس اکاڈمی
قیمت —— چھ روپے

پہلا ایڈیشن

اکتوبر ۱۹۷۷ء

★

رئیس اکاڈمی
۱۲۹۔ اے۔ مانک جی اسٹریٹ گارڈن ایسٹ کراچی ۳

فون نمبر:۔ ۷۰۵۵۶-۷۳۳-۷۰
مطبوعہ: انجمن پریس کراچی

تنویمی تجربات

آج سے تقریباً دو سال قبل میں نے آپکی ایک کتاب "ہیپناٹزم" (جلد اول) پڑھی تھی۔ اس کتاب کو پڑھنے کے بعد میں نے ہپناٹزم پر کئی کامیاب تجربات کئے۔ مثلاً یہ کہ معمول پر تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد اسے یہ ترغیب دی کہ وہ آنکھیں بند ہونے کے باوجود اپنے گرد و پیش کی چیزیں دیکھ رہا ہے۔ چند روز کی ترغیب دہی کے بعد معمول اس قابل ہو گیا کہ وہ آنکھیں بند کر کے نزدیک و دور کی سب چیزیں دیکھ سکتا تھا۔ اس کے علاوہ دوسرے معمول پر "بے حسی" طاری کرنے کا تجربہ کیا۔ میں نے معمول سے کہا کہ میں تمہارے بائیں ہاتھ میں سوئی چبھوؤں گا اور خراش لگاؤں گا مگر تمہارے بائیں ہاتھ کو کسی تکلیف کا احساس نہ ہوگا۔ یہی ہوا۔ میں نے معمول کے بائیں بازو میں سوئی چبھوئی۔ مگر اسے تکلیف کا احساس نہ ہوا۔ نہ خون بہا، بعد ازاں میں نے اسے۔ ترغیبات بعد التنویم (یعنی POST HYPNOTIC SUGG-ESTION) دیں کہ تنویمی نیند زائل ہو جانے کے بعد بھی۔ جب تمہارے بائیں بازو میں سوئی چبھوئی جائے گی تو تم قطعاً اس کی تکلیف محسوس نہ کرو گے۔ چنانچہ جاگنے کے بعد بھی جب اس کے بائیں بازو

میں سوئی چبھوئی گئی۔ تو اسے کسی تکلیف کا احساس نہ ہوا۔ نہ سوئی چبھونے سے خون کا قطرہ برآمد ہوا۔ اب تجربے کا دوسرا مرحلہ شروع ہوا۔ اسی معمول پر دوبارہ تنویمی نیند کی کیفیت طاری کی گئی۔ اور سابقہ ترغیب (یعنی سوئی چبھونے سے تمہیں کوئی تکلیف نہ ہوگی۔) زائل کردی گئی۔ پھر دوبارہ سوئی چبھوئی گئی۔ تو معمول کو تکلیف محسوس ہوئی۔ آپ نے اپنی کتاب ہپناٹزم میں لکھا ہے۔ کہ ترغیبات کے ذریعہ معمول کے جسم مثالی (نورانی جسم) کو اسکے خاکی جسم سے وقتی طور پر الگ کیا جاسکتا ہے۔ اس سلسلے میں آپ نے بعض تجربات بھی لکھے ہیں۔ سوچاکہ یہ تجربہ بھی کرلیا جائے۔ چنانچہ میں نے ایک معمول پر ہپناٹزم کا عمل شروع کیا۔ (یہ ترغیب دی کہ تمہارا جسم مثالی تمہارے جسم خاکی سے الگ ہورہا ہے۔) اتفاق سے اسی وقت ایک دوسرے صاحب بھی موجود تھے۔ حالانکہ میری توجہ ان کی طرف مبذول نہ تھی۔ تاہم ان صاحب نے ازخود میری ترغیبات پر عمل شروع کر دیا۔ اور واقعی وہ "ہپناٹائزڈ" ہوگئے۔ جب میں نے یہ دیکھاکہ ان پر تنویمی کیفیت طاری ہوگئی۔ تو جان بوجھ کر ان دوسرے صاحب کو یہ ترغیب دینی شروع کی۔

"آپ اپنے جسم سے باہر نکل رہے ہیں"

چند بار یہ فقرہ دہرانے کے لعد میں نے اس طرح کی آوازیں سنیں۔ جیسے پانی میں بلبلے اٹھ رہے ہوں۔ اسوقت بڑا دہشتناک سماں تھا۔ خوف کی لہریں میرے جسم میں دوڑ گئیں۔ اور یہ حالت آناً فاناً میں ہوگئی۔ خیر میں ترغیبات دیتا رہا۔ ابھی میں ترغیبات دے رہا تھا

کہ معمول حد سے زائد خوف زدہ ہو گیا۔ اور بہت آہستہ آواز میں بولا کہ "اب مجھے اٹھا دیجئے"۔ چونکہ یہ پہلا تجربہ تھا۔ اس لئے میں نے معمول کی گھبراہٹ کو مدنظر رکھا اور اسے ترغیب دینی شروع کی کہ تم اپنے جسم میں واپس آرہے ہو۔ رفتہ رفتہ معمول کے ہوش و حواس بحال ہوئے لیکن وہ کافی دیر تک پریشان بیٹھا رہا۔ اس کے چہرے پر ہوائیاں اڑ رہی تھیں۔ اسکے چہرے مہرے سے اندازہ ہوا کہ وہ کسی خوفناک تجربے سے گزرا ہے۔ جب ذرا اوسان درست ہوئے تو اس نے کہا

جب آپ جسم سے باہر نکلنے کی ترغیبات دے رہے تھے تو کچھ دیر بعد میرے جسم سے لہریں اٹھنے لگیں۔ لہریں اٹھ کر اوپر جاتیں اور پھر نیچے آتیں۔ لہریں تقریباً ایک فٹ اوپر جاتیں اور پلٹتیں، معمول اس وقت چارپائی پر اس طرح لیٹا تھا کہ اس کی پشت چارپائی پر اور منہ چھت کی طرف تھا۔ سر قبلے کی طرف! میں رو بہ شمالی کھڑا ترغیبات دے رہا تھا۔ اگلے روز شام سات آٹھ بجے کے درمیان معمول کو پھر "ہپناٹائزڈ" کیا۔ اور یہ ترغیب دی کہ

تم اپنے جسم سے ہلکے ہو کر اوپر اٹھ رہے ہو۔ میں نے اس مرتبہ معمول کو جسم سے باہر نکلنے کی ترغیب نہیں دی۔ کچھ دیر بعد گھبرا کر خوف زدہ لہجے میں بولا کہ "خدا کے لئے مجھے اٹھا دو۔" اس نے یہ فقرہ اتنے پریشان کن لہجہ میں کہا کہ میں نے اسکے جسم کو ہلکا کئے بغیر اسے فوراً اٹھا دیا۔ ترغیبات کے دوران اس کے جسم کے کچھ حصے یعنی پیٹ، سینہ کولہے اور رانیں وغیرہ اوپر اٹھے ہوئے تھے۔ میں نے اس سے پوچھا کیا بات تھی؟ اس نے کہا کہ جب میں تنویمی نیند کے عالم میں تھا تو

میں نے سوچا کہ کہیں ایسا نہ ہو کہ پہلے کی طرح پھر میرے جسم میں لہریں چلنی شروع ہو جائیں۔ تنویمی نیند ختم ہونے کے چند لمحے بعد اس نے کہا کہ لیجئے۔ پھر میرے جسم میں لہریں چل رہی ہیں۔ وہ اس کیفیت سے بہت خوفزدہ ہوا۔ اور میں بھی! کیونکہ مجھے خود معلوم نہیں تھا کہ یہ لہریں چلنے کا مسئلہ کیا ہے۔ اَب کیفیت یہ تھی کہ جیسے ہی وہ کہیں بیٹھتا یا لیٹتا تو جسم میں لہریں چلنی شروع ہو جاتیں۔ اور جب اٹھ کر چلنے لگتا تو لہریں چلنی بند ہو جاتیں۔ یا انکی شدت میں کمی آ جاتی۔ میں نے کوشش کی کہ وہ لہروں کی کیفیت کی وضاحت کر سکے۔ لیکن وہ اس کیفیت کی وضاحت نہ کر سکا۔ صرف یہ کہتا رہا کہ لہریں! لہریں! لہریں "تنویم زدہ" (ہپناٹائزڈ) ہونے سے پہلے اس نے کھانا نہیں کھایا تھا۔ تنویمی حالت ختم ہونے کے بعد اس نے چائے پی۔ اور بسکٹ وغیرہ کھائے۔ خیر وہ اس کیفیت (جسم میں لہریں چلنا) سے بچنے کے لئے رات بھر چلتا رہا۔ بیٹھ جاتا تو جسم میں لہریں دوڑنے لگتیں۔ کھڑا ہو جاتا تو لہروں کا زور شور شروع ہو جاتا عجب پُراسرار معاملہ تھا میں بھی اپنے معمول کے قریب موجود تھا۔ توجہ بانٹنے کے لئے اس نے میرے کہنے کے مطابق ایک آل پن لے کر ہاتھ پر ہلکے ہلکے چبھونے شروع کی۔ مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ ساری رات جاگنے کے بعد صبح چار بجے ہم دونوں ایک مشہور تنویم کار (ہپناٹسٹ) ڈاکٹر انیس صاحب کے پاس پہنچے، ان سے ۸ بجے صبح ملاقات ہوئی۔ ڈاکٹر کی ملاقات سے قبل اس نے چائے پی۔ اور پھر ٹہلنا شروع کر دیا۔ ڈاکٹر صاحب نے اپنے کلینک میں ملاقات کا وقت دیا۔ ہم دونوں نے

اس دوران ہوٹل میں ناشتے کا پروگرام بنایا۔ حیرت انگیز بات یہ کہ ناشتے کے دوران جسم میں لہروں کا چلنا بند ہوگیا۔ ناشتے کے بعد ہم ڈاکٹر انیس کے کلینک میں پہنچے اسوقت معمول پرسکون تھا۔ لہروں کا اتار چڑھاؤ ختم ہوگیا تھا۔ ڈاکٹر صاحب نے کیفیت سننے کے بعد کہا کہ یہ بڑی اچھی علامت ہے۔ یہ قوت کی لہریں ہیں جو تمہارے جسم میں دوڑ رہی ہیں۔ یہ طاقت بہزار مشکل ہاتھ آتی ہے۔ اور لوگ اس طاقت کے حصول کے لئے بڑے بڑے پاپڑ بیلتے اور مشقت جھیلتے ہیں۔

قوت کی لہریں

ڈاکٹر صاحب نے معمول رجواب نیم مریض بن چکا تھا۔) کو مشورہ دیا کہ تم اس زحمت کو جو عارضی ہے۔ برداشت کرلو۔ مگر معمول اس پر راضی نہ ہوا آخر یہی فیصلہ کیا گیا کہ معمول کے جسم سے ترغیب کے ذریعہ لہروں کو باہر نکال دیا جائے۔ ڈاکٹر صاحب نے معمول پر نیند طاری کئے بغیر ہاتھ کے پاسز رمریض کے جسم پر ہاتھ پھیرنا) کے ذریعہ معمول کے جسم سے لہریں نکال دیں۔ اور وہ پرسکون ہوگیا۔ ڈاکٹر صاحب نے فرمایا تھا کہ میں نے تمہارے جسم کی لہروں کا ایک حصہ نکالا ہے۔ ابھی کچھ لہریں جسم میں باقی ہیں۔ اگر سب لہریں ایک ساتھ نکالی جائیں تو جسم میں شدید درد شروع ہوجائے گا۔ خیر ہم گھر آگئے۔ دن آرام سے بسر ہوا۔ اور رات کو وہ معمول کے مطابق سو گیا۔ سوتے سوتے اچانک جاگ کر اٹھ کھڑا ہوا۔ اور کہنے لگا کہ پھر میرے جسم میں لہریں

چلنی شروع ہوگئی ہیں۔ اور شدید تکلیف ہے۔ پھر اسے محسوس ہوا کہ میرا جسم ہلکا ہوگیا ہے۔ اور میں اُوپر اٹھ رہا ہوں۔ اس واقعے کے بعد ہم لوگ پھر ڈاکٹر صاحب کے پاس پہنچے۔ اور ساری کیفیت ان سے بیان کی ڈاکٹر صاحب نے مشورہ دیا کہ جسم سے ساری لہریں نہ نکالی جائیں۔ لیکن ہمارے اصرار پر پاس کے ذریعہ چند لہریں جسم سے نکال دیں۔ اور فرمایا کہ تم لوگوں روحانی حلقہ بناؤ۔ اور اس روحانی حلقہ کے ذریعہ معمول کو مختلف مقاصد کے لئے استعمال کیا جائے۔ یہ بھی ہدایت کی کہ اس روحانی حلقے میں جاوید اختر سبحانی کو بھی شامل کیا جائے۔ اس سے قبل جاوید اختر سبحانی سے میرے کئی ملاقاتیں ہو چکی تھیں۔ یاد رہے کہ یہ وہی جاوید اختر سبحانی ہیں۔ جن کا ذکر آپ نے اپنی کتاب ہپناٹزم میں کیا ہے۔ پھر ہم لوگ واپس آگئے اور پھر تیسری مرتبہ اس ارادے سے ڈاکٹر صاحب کے پاس گئے۔ کہ معمول کے جسم سے تمام لہریں نکال دی جائیں ڈاکٹر صاحب نے مجھے مشورہ دیا کہ میں معمول پر تنویمی نیند طاری کردوں اور "ترغیبات" (سجشنز) کے ذریعہ لہریں جسم سے باہر نکالنے کی کوشش کر دیکھوں میں نے معمول کو حسب معمول "ہپناٹائزڈ" کیا۔ اور حسب ذیل فقرے دہرانے شروع کئے۔

تمہارے جسم میں جو لہریں چل رہی تھیں۔ وہ ہاتھوں کے راستے برابر باہر نکل رہی ہیں۔

ہاتھوں کے راستے برابر باہر نکل رہی ہیں

تمہارے جسم سے لہریں باہر نکل رہی ہیں۔ نیتجہ یہ ہوا کہ اس دوران لہروں کی شدت میں کمی آنے لگی۔ اور میں نے

ڈاکٹر کے مشورے سے یہ ترغیب دہرانی شروع کی کہ
تمہارے جسم سے لہریں بالکل نکل چکی ہیں۔ اب تم کبھی جسم میں لہریں چلتے محسوس نہ کرو گے۔
ان ترغیبات کے نتیجہ میں معمول کا یہ احساس بالکل ختم ہو گیا کہ اس کے جسم میں لہریں رواں دواں ہیں۔ اور وہ بالکل صحت مند ہو گیا ڈاکٹر صاحب نے چونکہ تنویمی ترغیبات کے زیر اثر کو معمول یہ محسوس کرا دیا ہے کہ اس کے جسم سے لہریں نکل چکی ہیں۔ اس لئے امکان ہے کہ اب مریض کبھی یہ تکلیف محسوس نہ کرے گا۔ تاہم میرکان میں بھی کہہ دیا کہ ممکن ہے۔ مریض پھر اس تکلیف محسوس کرنے لگے۔ چنانچہ وہی ہوا چند ہی روز بعد مریض (معمول) نے پھر لہریں چلنے کی شکایت کر دی یہ احساس بھی دوبارہ شروع ہو گیا کہ میرا جسم ہلکا ہو رہا ہے۔ اور اس کے ساتھ یہ کیفیت بھی شروع ہوئی کہ معمول نے محسوس کیا کہ اس کے جسم میں کوئی چیز ہل رہی ہے۔ اور اس کی ٹانگیں ہوا میں اٹھ رہی ہیں۔ یا اٹھنے والی ہیں۔ اب میں نے بھرپور تنویمی علاج کا فیصلہ کیا۔ اور معمول کو روزانہ "ہپناٹائزڈ" کرنا شروع کیا۔ ہر بار یہی ترغیب دہراتا کہ تم بالکل صحت مند ہو۔ اور اب تم جسم میں لہریں چلتے بالکل محسوس نہ کرو گے۔ ابتدا میں معمول کو روزانہ ہپناٹائزڈ کرتا تھا۔ پھر وقفے وقفے سے تنویمی نیند طاری کرتا تھا تاآنکہ معمول کا یہ احساس ہی ختم ہو گیا کہ اس کے جسم میں لہریں چل رہی ہیں لیکن ایک نیا احساس ابھرا کہ میرے جسم میں سنسنی دوڑ رہی ہے۔ اور جسم سُن ہو رہا ہے۔ پھر یہ کیفیت بھی ختم ہو گئی۔ اور یہ محسوس ہونے لگا

کہ ہاتھوں کے راستے کوئی شے باہر نکل رہی ہے جب وہ کسی شے پر توجہ مرکوز کرتا تو، یہ کیفیت محسوس ہوتی۔ یہی نہیں بلکہ ٹی وی اور سینما دیکھتے وقت بھی جسم میں سنسنی سی دوڑ جاتی اور لگتا کہ کوئی قوت انگلیوں کے راستے باہر نکل رہی ہے۔ رفتہ رفتہ یہ احساسات بھی ترغیبات کے ذریعے غائب ہو گئے۔ اور ٹی وی یا سینما دیکھتے وقت اسے کوئی غیر معمولی احساس نہ ہوتا۔ پھر معمول کو یہ ترغیب دی گئی کہ

تمہیں تنگ کرنے والے مقناطیسی ذرے دھیرے دھیرے جسم سے بالکل باہر نکل رہے ہیں!

یہ ترغیب بھی موثر ثابت ہوئی۔ معمول کچھ دن بالکل پرسکون رہا۔ پھر اسے محسوس ہونے لگا کہ اس کے جسم کا ایک حصہ ہل رہا ہے کھڑے کھڑے جسم ہلکا ہوتا ہوا محسوس ہوتا تو اب لگتا کہ جسم کا وزن ختم ہو رہا ہے۔ اور وہ ہلکا ہو کر اوپر اٹھنے والا ہے۔ نیند میں یہ احساس ہوتا کہ کسی نے جگا دیا ہے۔ اور جسم سُن ہونے لگتا پھر یکایک ایک روز اس نے محسوس کیا کہ جیسے بجلی کا جھٹکا (شاک) لگا ہے اور پھر رگ و پے میں لہروں کے دوڑنے کی کیفیت محسوس ہوتی۔ میں نے برقی جھٹکوں اور لہروں کے بارے میں دوبارہ اسے ترغیبات دیں۔ (کہ نہ اب تم برقی جھٹکے محسوس کرو گے نہ جسم میں لہریں چلیں گی۔) تو افاقہ ہو گیا۔ الحمدللہ کہ آج کل وہ ذہنی طور سے پرسکون ہے۔ میں نے اس کا آخری تنویمی علاج جنوری ۱۹۷۵ء میں) کیا تھا۔ اور اب مارچ ۱۹۷۶ء ہے اندازاً پانچ ماہ سے اس نے کوئی غیر معمولی کیفیت محسوس نہیں کی! اب از راہِ کرم چند سوالات کے جوابات دے دیں۔

۱۔ جب کسی کا جسم مثالی اسکے جسم خاکی سے باہر نکلتا ہے۔ تو کیا اسے یہ احساس ہوتا ہے کہ جسم میں لہریں دوڑ رہی ہیں؟ آپ نے اپنی کتاب "ہپناٹزم" میں ان لہروں کا کوئی ذکر نہیں کیا۔

۲۔ یہ کس قسم کی لہریں ہیں۔ وہ بلبلوں کی آواز وہ دہشت ناک سماں اور وہ خوف کی کیفیت، آخر یہ سب کیا تھا اور کیوں تھا؟

۳۔ جسم میں لہریں دوڑنے کا عمل خود بخود کس طرح شروع ہو گیا۔

۴۔ اسکے بعد جسم میں جو چیز ہلتی تھی۔ وہ کیا تھی۔ اسے یہ احساس کیونکر ہوتا تھا کہ میں اوپر اڑنے والا ہوں کسی چیز کو گھورنے سے اس پر یہ کیفیت کیونکر اور کس لئے شروع ہو جاتی تھی

۵۔ کیا اب وہ پوری طرح صحت مند ہے۔

۶۔ یہ برقی جھٹکے کیسے تھے۔ اور یہ احساس بھی کہ اسکے ہاتھ سے قوت کی لہریں نکل رہی ہیں۔

۷۔ اس کے جسم میں سنسنی کیوں دوڑ جاتی ہے۔ سنسنی کے اسباب کیا تھے؟

یہ بھی عرض کر دوں کہ تنویمی عمل سے قبل معمول کو "تنویم کاری" (ہپناٹزم) کے سلسلے میں کچھ بھی معلوم نہ تھا۔ پھر یہ کہ میں تنویمی نیند طاری کر رہا تھا دوسرے شخص پر! یہ شخص دیکھا دیکھی خود بخود "ہپناٹائزڈ" ہو گیا۔ معمول کا ماضی یہ ہے کہ اس سے قبل اسکے ناجائز تعلقات کسی لڑکی سے تھے اس نے ذہنی الجھنوں سے تنگ آ کر ایک مرتبہ خود کشی کی غرض سے گولیاں بھی کھالی تھیں۔ معمول وقفے وقفے سے نشے کا عادی بھی رہا ہے۔ اور شراب و بیئر بھی پیتا رہتا ہے۔ مزید ایک بات عرض کر دوں کہ ڈاکٹر انیس نے مجھ سے کہا تھا۔ کہ جب معمول کو لہریں بہت تنگ کرنے لگیں تو تم ارادے

کی قوت سے ان لہروں کو اپنے اندر کھینچ لینا۔ طریقہ یہ ہے کہ تمہارا منہ شمال کی طرف اور معمول کا منہ جنوب کی طرف ہو۔ میں معمول کے ہاتھوں کو دباؤں اور تصور کروں کہ معمول کی لہریں میرے اندر منتقل ہو رہی ہیں۔ معمول یہ تصور کرے کہ میرے جسم کی لہریں تمہارے (عامل کے) جسم میں داخل ہو رہی ہیں۔ اس دوران معمول جب میرے زیر علاج تھا میں نے حسب ذیل خواب دیکھا کہ میرا جسم ذرات میں تبدیل ہو چکا ہے۔ یعنی لاتعداد ذرے میرے جسم کے ہو گئے۔ اور ایک علیحدہ جسم کی شکل اختیار کر گئے۔ جب کہ میرا مادی وجود اپنی جگہ قائم ہے۔ میرا یہ ذراتی جسم مجھ سے آٹھ یا نو دس فٹ کے فاصلے پر ہے۔ میں دیکھا کہ ذرات متحرک تھے۔ یعنی ہر ذرہ اپنی جگہ ادھر ادھر حرکت کر رہا تھا۔ میرا مطلب یہ ہے کہ تمام ذرات اپنی اپنی جگہ رہ کر متحرک تھے۔ میں اس وقت لیٹا تھا۔ اور میرے ذراتی جسم کی حالت بھی یہی تھی۔ عجیب تر یہ کہ اس عالم میں ذراتی جسم کی ذہنی کیفیات بھی مجھے محسوس ہو رہی تھیں اور طرفہ تجربہ یہ کہ اسی کے ساتھ ساتھ مادی جسم کی کیفیات اور احساسات کا بھی اندازہ تھا۔ البتہ یہ ضرور ہے کہ اس عالم میں اپنے جسم کو حرکت دینے کے قابل نہ رہا تھا۔ ہاتھ اٹھانے کی کوشش کی، نہ اٹھا، ہلنا جلنا چاہا، نہ ہل جل سکا۔ کچھ دیر کے بعد ذراتی جسم کا احساس ختم ہو گیا تو میں حالت ہوش میں آ گیا۔ بعد ازاں یہ کیفیت کبھی محسوس نہ ہوئی۔ ازراہ کرم ان تمام کیفیات کی نفسیات اور فن تنویم کی روشنی میں وضاحت فرما دیں۔

(گل فشاں بخاری۔ کرشن نگر لاہور)

قابلِ غور

گل فشاں بخاری نے جس کیس کی تفصیل لکھی ہے۔ وہ کئی اعتبار سے قابلِ غور ہے۔ گل فشاں بخاری کسی دوسرے صاحب کو "ہپناٹائزڈ" کرنا چاہتے تھے۔ اور انہیں تنویمی ترغیبات دے رہے تھے۔ سوءِ اتفاق سے یہ حضرت بھی اس مجلس میں موجود تھے۔ ان صاحب نے (جنہیں معمول بنانے کی کوشش کی جا رہی تھی) ان ترغیبات کا اثر قبول کیا یا نہ کیا۔ یہ تو معلوم نہیں البتہ یہ صاحب خود بخود ہپناٹائزڈ ہو گئے۔ حالانکہ عامل کی توجہ انکی طرف مبذول نہ تھی! اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ یہ صاحب کس شدت سے اثر پذیر واقع ہوتے ہیں۔ اور ان میں ترغیب پذیری SUGGESTIBLITY کتنی صلاحیت موجود ہے۔ گل بخاری تنویمی ترغیبات کے ذریعہ جسم مثالی اور جسم خاکی کی علیحدگی کا تجربہ کرنا چاہتے تھے۔ جسم مثالی (پیکرِ نور) کیا ہے یہاں میں متعدد تصانیف میں اس موضوع پر گفتگو کر چکا ہوں) بہر حال گل فشاں بخاری کی ترغیبات سے معمول پر عجیب کیفیت طاری ہوئی اور خود بخاری صاحب کو حیران کن مشاہدہ ہوا۔ لکھتے ہیں کہ چند بار میں نے اس طرح کی آوازیں سنیں جیسے پانی میں بلبلے اٹھ رہے ہوں اس وقت بڑا دہشناک سماں تھا۔ خوف کی لہر میرے جسم میں دوڑ گئی۔" عامل ہی اس کیفیت سے خوفزدہ نہ تھا۔ خود معمول کا مارے دہشت کے بُرا حال تھا۔ چنانچہ اس نے گل فشاں بخاری سے درخواست کی کہ "اب مجھے اٹھا دیجئے" معمول کا بیان ہے۔ کہ ان ترغیبات سے کہ میرا جسم مثالی جسم خاکی سے علیحدہ ہو رہا ہے۔ ا مجھے محسوس ہوا کہ جسم سے لہریں اٹھ رہی ہیں۔ لہریں اٹھ

کر اوپر جاتیں اور نیچے پلٹ آتیں۔ لہریں اٹھنے اور دب جانے کی کیفیت نے معمول کو خوفزدہ کر دیا۔ اور مستقل ذہنی بیمار بن گیا۔ آخر بڑی مشکل سے تنویمی علاج کے ذریعہ خوفزدہ معمول نے اس حالت سے نجات پائی۔ اس تجربے سے اندازہ ہوتا ہے کہ عمل تنویم میں کتنی احتیاط برتنی چاہیئے۔ اور یہ کہ عامل تنویم کا اپنے عمل پر قادر ہونا کتنا ضروری ہے؟ انسانی ذہن کی نزاکتوں، پیچیدگیوں اور دقتوں کو سمجھنا قریب قریب ناممکن ہے۔ تنویم کاری اور تحلیل نفسی کے ذریعہ ہم انسانی نفس کو چھوتے، چھیڑتے اور متحرک کرتے ہیں۔ اگر ذرا سی غلطی ہو جائے تو آدمی ابنارمل بلکہ بعض حالات میں مخبوط الحواس ہو جاتا ہے۔ گل فشاں بخاری کو عمل تنویم پر پوری قدرت حاصل نہیں، یہی وجہ ہے کہ ان کے معمول کو اتنی تکلیف اٹھانی پڑی۔ پھر یہ کہ جس شخص سے ان کا واسطہ پڑا تھا وہ خود بلا کا حساس اور انتہا درجہ کا تاثر پذیر واقع ہوا تھا۔ چنانچہ اس نے ترغیب کو اس قدر جذباتی انداز میں قبول کیا کہ خود اسکی شخصیت میں مستقل شگاف پڑ گیا۔ اور وہ ایک نفسیاتی مریض کی جسم طرح عمل کرنے لگا۔ اس تجربے سے یہ بھی معلوم ہوا کہ جسم خاکی سے جسم مثالی کی علیحدگی کا معاملہ کس قدر نازک اور پُر از خطر ہے اور ان دونوں جسموں کی جدائی کی کوشش سے (اگر غلط طور پر کی جائے) کیسے کیسے سنگین نتائج پیدا ہو سکتے ہیں۔

دو طریقے

تنویمی عمل کے دو طریقے ہیں ایک یہ کہ آپ کو کوئی تنویم کار تنویمی ترغیبات دے اور آپ ان ترغیبات کو قبول کر کے ان کے مطابق عمل

کریں۔ دوسرا طریقہ ہے کہ آپ خود اپنے اوپر تنویمی کیفیت ترغیبات کے ذریعے طاری کریں۔ اسے SELF HYPNOSIS کہتے ہیں۔ ترغیبات پر عمل کرنے کی ذمہ داری معمول پر عائد ہوتی ہے۔ خواہ وہ ترغیبات عامل کی زبان سے ادا ہوں یا خود معمول انہیں دہرائے نتیجہ یکساں ہے البتہ عین ممکن ہے کہ معمول تنویم کار کی ترغیبات پر عمل کرنے سے انکار کر دے۔ اس صورت میں ممکن نہیں کہ آپ اس پر تنویمی کیفیت طاری کر سکیں۔ سوال یہ ہے کہ تنویمی کیفیت کسے کہتے ہیں۔ مختصر تعریف یہ ہے کہ تنویمی کیفیت انتہا درجہ کی ترغیب پذیری کی حالت کو کہتے ہیں۔ انگریزی میں اسکی تعریف اس طرح کی گئی ہے کہ۔ (CONDITION OF HEIGHTENED SUGGESTIBILITI) ۔ یعنی وہ حالت جب انسان کوئی تاثر قبول کرنے کے لئے بیتاب ہو۔ مثلاً کسی خوبصورت دلربا چہرے کو دیکھ کر آدمی کا دنگ رہ جانا۔ اس "دنگ رہ جانے" کی حالت میں اسے جو ترغیب دی جائے گی۔ وہ براہ راست اسکی روح میں اتر جائے گی۔ جس حالت کو انگریزی میں "ہائی ٹینڈ سجیشبلی" کہتے ہیں۔ وہ مختلف ذرائع سے پیدا ہوتی ہے۔ مثلاً نشے کے عالم میں! سحر انگیز موسیقی کے وجد آفریں بول سن کر۔ ہوش ربا رقص دیکھ کر مصوری کے نادر شاہکار۔ کوئی پرشکوہ عمارت، کوئی ڈرامائی منظر کوئی وجد آفریں نظارہ، مثلاً طلوع و غروب آفتاب کے مناظر، پرجلال کوہساروں کی جھلک تاحد نظر تلاطم آفریں سمندروں کا جذر و مد یہ تمام محرکات انسانی نفس میں ایک ایسی پرگداز، رقیق کیفیت پیدا کرتے ہیں کہ اس لمحے جو نقش لگایا جاتا ہے۔ وہ ان مٹ ہو جاتا ہے۔ شعر و خطابت سے بھی انسان پر نیم تنویمی کیفیت طاری کی جا سکتی ہے۔ جب کوئی ترغیب نفس انسانی میں پیوست

ہو جاتی ہے۔ تو پھر اسکی قوت کی کوئی انتہا نہیں رہتی، وہ پوری انسانی شخصیت کو بدل دیتی ہے۔ اور ترغیب کی بدولت نیا انسان وجود میں آجاتا ہے۔ ترغیب دہی کے جتنے ذرائع عہد حاضر کے پاس ہیں۔ اسکی مثال ماضی کی کسی تاریخ میں نہیں ملتی۔ یہ تبلیغ، تشہیر اور اشاعت و اشتہا کا زمانہ ہے۔ فلم ریڈیو، ٹی وی، مواصلاتی سیارے، اخبارات۔ رسائل ان سب کا ایک ہی مصرف ہے۔ یعنی ایک نقطۂ نظر کی بار بار بھر پور اور پے در پے تشہیر کرنا آج تجارت صنعت اور سیاست کا کوئی گوشہ ایسا نہیں ہے۔ جس میں ترغیب پذیری کی تحریک کارفرما ہو۔ اشیاء کی فروخت اور اپنی مصنوعات کو مقبول عام بنانے کے لئے کاروباری اداروں نے اس زور شور سے اشتہارات کی مہم شروع کر رکھی ہے کہ خدا کی پناہ! ترغیبات۔ ہدایات۔ اشارات۔ اور سجیشنز صرف افراد کو ہی نہیں۔ جماعتوں کو بھی تنویم زدہ کر دیتے ہیں۔ اس وقت جب کہ میں یہ سطور لکھ رہا ہوں۔ (پانچ مارچ سن انیس سو ستتر) پاکستان میں عام انتخابات کا ہنگامہ گرم ہے۔ ایک طرف پیپلز پارٹی ہے اور دوسری طرف پاکستان قومی اتحاد! یہ پوری مہم! جو ۱۰ جنوری سے شروع ہوئی ہے۔ اور دس مارچ کو ختم ہوگئی۔ اجتماعی ہپناٹزم کا بہترین نمونہ ہے۔ دونوں جماعتوں کے بینرز اور پرچم پورے پاکستان میں لہرا رہے ہیں۔ ان بینرز پر عجب عجب نعرے لکھے ہوتے ہیں۔ لوگوں کی ٹولیوں نے ایک عوامی شاعری ایجاد کر لی ہے۔ کچھ موزون کچھ نیم موزوں اور کچھ ناموزوں فقرے۔ ان فقروں۔ ان نعروں کو بار بار دہرایا جا رہا ہے۔ ان بولوں کو بار بار گایا جا رہا ہے پھر جلوس الگ ہیں جلسے الگ ہیں۔ نعرے الگ ہیں۔ تقریریں الگ ہیں۔ ایک طرف مزدور کسان راج کے نعرے ہیں۔ دوسری طرف نظام مصطفےٰ اور نظام شریعت کے دعوے

ہیں۔ ان نعروں اور دعوؤں کی حقیقت و صداقت پر بحث مقصود نہیں، ہم اس تمام مسئلے کا جائزہ نفسیاتی نقطۂ نظر سے لے رہے ہیں۔ انتخابات میں حصہ لینے والے ہر فریق کی کوشش یہ ہے کہ وہ حلقۂ رائے دہندگان کو "ہپناٹائزڈ" کر دے۔ ایک نعرہ کو جتنی بار دہرایا جائے گا۔ ایک اعلان پے در پے جس دیدہ دلیری سے کیا جائے گا۔ ایک متعین مقصد کو الفاظ اور اشارات کے ذریعہ جس قوت سے پیش کیا جاتا رہے گا۔ عوام اتنا ہی اثر قبول کریں گے۔ عجیب اتفاق ہے کہ جب ہپناٹزم کی جلد اول زیر ترتیب تھی تو مشرقی پاکستان کے انتخابی نتائج پر گفتگو اور بحثیں جاری تھیں۔ اور شیخ مجیب اور عوامی لیگ نے عوام کو جس طرح ہپناٹائزڈ کر دیا تھا اس پر اظہار حیرت کیا جا رہا تھا۔ اس سلسلے میں عرض کیا گیا تھا کہ

گروہی یا اجتماعی تنویم کاری

تنویم کا ایک عجیب و غریب مظہر "گروہی تنویم یا (MASS HYPNA - TISM) - بھی ہے اگر دس آدمی بیٹھے ہوں۔ اور آپ ایک شخص کو تنویم زدہ کر دیں۔ تو باقی نو آدمیوں پر بہ آسانی تنویمی کیفیت طاری کی جا سکتی ہے گروپ ہپناٹزم یا گروہی تنویم خالص نفسیاتی عمل ہے۔ اگر آپ کسی ہشاش بشاش مجمع میں بیٹھے ہوں۔ تو لامحالہ دوسروں کی تقلید یا تاثر یا چھوت کے سبب آپ کا موڈ بہتر ہو جائے گا۔ دوسروں کو قہقہہ لگاتے دیکھ کر آپ بھی مسکرانے پر مجبور ہو جائیں گے۔ خواہ آپ بذاتِ خود کتنے ہی آزردہ خاطر کیوں نہ ہوں فارسی کا مصرع ہے۔

افسردہ دل افسردہ کند انجمنے را

یعنی اگر مجلس میں کوئی افسردہ دل پہنچ جائے تو وہ ساری انجمن کو افسردہ کر دے گا۔ لوگوں کو ہنستے دیکھ کر ہنسنے لگنا۔ رونے والوں کے مجمع میں جا کر آبدیدہ ہو جانا۔ اشتعال انگیزوں کے ہجوم میں پہنچ کر مشتعل ہو جانا۔ یہ سب روزمرہ کے مظاہر ہیں انسان گروہ پسند جانور واقع ہوا ہے۔ وہ اپنے ہم جنسوں کی تقلید پر مجبور ہے۔ تمدن کی بنیاد ہی تقلید پر رکھی ہے۔ گروہی ذہنیت اجتماعی عمل تقلید ، کو کہتے ہیں۔ ہم جس گروہ جس جماعت سے وابستہ ہیں۔ اس کے خیالات افکار، تصورات اور اعمال میں ہماری ذہنی دماغی اور عملی شرکت ناگزیر ہے ہم اجتماعی اثرات سے بچ ہی نہیں سکتے۔ دنیا کی تمام انقلاب انگیز اور تاریخ ساز تحریکیں گروہی تنویم کاری کی مظہر ہوتی ہیں۔ یعنی ایک جماعت بعض اجتماعی ترغیبات سے "ہپناٹائزڈ" ہو کر ایک ہی راہ پر گامزن ہو جاتی ہے۔ میں خود تحریک پاکستان میں اس "گروپ ہپناٹزم" کا تجربہ کر چکا ہوں۔ پاکستان کا مطالبہ تر کو چک کے اکثریتی صوبوں کے مسلمانوں سے تعلق رکھتا تھا۔ ناتقسیم شدہ ہندوستان کے جن صوبوں میں مسلمان اقلیت میں تھے، مثلاً دہلی۔ یو پی۔ سی پی، بہار اڑیسہ، بمبئی مدراس وغیرہ ان کو ہندوستان کی مذہبی بنیادوں پر تقسیم سے سخت نقصان پہنچنے کا اندیشہ تھا۔ اور تقسیم کے وقت اور اس کے بعد جو حوادث پیش آئے۔ انھوں نے اس اندیشے کی تصدیق بھی کر دی۔ ان تمام خدشوں کے باوجود اقلیتی صوبوں کے مسلمانوں نے اجتماعی تنویم زدگی (ماس ہپناٹزم) کے اثر کے تحت تقسیم ہندوستان کی پُرزور حمایت کی اور اپنے یقینی لابدی اور حتمی مستقبل کو غیر یقینی مستقبل پر قربان کر دیا۔ اجتماعی تنویم زدگی کی اس سے بڑی مثال میری نظر سے نہیں گزری۔ البتہ بنگلہ دیش کی تحریک

نے محدود پیمانے پر اسی گروہی تنویم کا ثبوت دیا تھا۔ عوامی لیگ کے چھ نکات اور صوبائی خود مختاری کا نعرہ، مشرقی پاکستان کے کروڑوں انسانوں کے لئے تنویمی اثر رکھتا تھا۔ حقیقت یہ ہے کہ عوامی لیگ کے چھ نکات مشرقی پاکستان والوں کے اجتماعی لاشعور کا ایک جبری تقاضا بن گئے تھے۔ چنانچہ انھوں نے تمام خطرات کے باوجود عوامی لیگ کے نعروں کو لبیک کہا اور پاکستان سے علیحدہ ہو کر دم لیا۔ یہ اقتباس ہپناٹزم جلد اول کا ہے۔ اور جب کہ جلد دوم کے صفحات زیر تحریر ہیں۔ پاکستانی عوام پر پاکستان قومی اتحاد کے نعروں نے جادو کا سا اثر کر رکھا ہے یہ سب اجتماعی تنویم کاری کے اثرات ہیں۔ دنیا کے جتنے عظیم الشان اور اہم سیاسی و نظریاتی انقلابات واقع ہوئے ہیں ان سب میں ماس ہپناٹزم" کا دخل ضرور تھا جس طرح افراد ترغیبات سے متاثر ہو کر عجیب معمولی حرکات و اعمال کے مظاہرے کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ یہی حال اقوام کا ہے۔ آپ بار بار ایک دعویٰ۔ ایک نظریہ اور ایک مقصد کو دہرائیں۔ اور دہرائے جائیں آخر کار وہ مقصد اس قوم کا.... نصب العین بن جائے گا۔ اور وہ پوری ذہنی اور دماغی توانائیاں اس نصب العین کے حصول کے لئے صرف کرے گی۔ ترغیبات کے ذریعہ آپ آدمی کے حواس خمسہ کے عمل اور اسکی کارکردگی کو بھی بدل سکتے ہیں مثلاً آپ تنویمی معمول سے یہ کہیں کہ تم آنکھیں کھول کر یہ دیکھو گے کہ سامنے ایک ریچھ ناچ رہا ہے۔ یقین کیجئے کہ تنویمی کیفیت میں مبتلا معمول یونیفری خیالی ریچھ کو ناچتا ہوا دیکھے گا۔ تنویمی ترغیبات کے ذریعہ سامعہ کو بھی فریب دیا جا سکتا ہے۔ اور معمول کو ایسی آوازیں سنوائی جا سکتی ہیں۔ جن کا خارج میں کہیں وجود نہیں۔ بس یہ کافی ہے کہ معمول یہ باور کرے کہ اسے

آواز سنائی دے رہی ہے۔ آواز سنائی دینے لگے گی۔ یہی حال ذائقہ کا ہے۔ تنویمی حالت میں معمول ، عامل کی ترغیب کے تحت مٹھاس کو کڑواہٹ اور کڑواہٹ کو مٹھاس اور بدبو کو خوشبو محسوس کر سکتا ہے۔ اور کرتا ہے اسی طرح لامسہ (چھونے کی حس) اور شامہ (سونگھنے کی حس) کو بھی فریب دیا جا سکتا ہے تنویم کاری کے ذریعہ آپ معمول میں التباس حواس کی کیفیت پیدا کر سکتے ہیں۔ التباس حواس کی مثالیں پیش کی جا چکی ہیں۔

تنویم کی نوعیت

عجیب بات یہ ہے کہ اگرچہ تنویم کاری کے عمل پر تقریباً ڈیڑھ سو دو سو سال سے تحقیق ہو رہی ہے۔ لیکن اب تک یہ نہیں معلوم ہو سکا کہ تنویمی نیند کی نوعیت کیا ہے۔ ہپناٹزم کی ابتدا مسمریزم سے ہوئی تھی۔ مسمریزم کا بنیادی نظریہ ہے کہ ہر جاندار کے جسم سے ایک پُراسرار قوت (odylic) خارج ہوتی ہے۔ اور یہ قوت مریض کو بھلا چنگا کر دیتی ہے۔ مسمریزم کرنے والا مختلف اشیا و اجسام مثلاً مقناطیسی اجزا بلور اور پانی کو "مسمرائز" (یعنی اس پُراسرار قوت کو ان اشیاء میں منتقل کر کے) شفا بخشی کے حیرت انگیز کارنامے انجام دے سکتا ہے۔ بلاشبہ بارہا اس قوت کے مختلف مظاہر کا مشاہدہ کیا جا چکا ہے۔ اور یہ بھی ثابت ہے کہ مسمریزم کے ذریعہ ہزار ہا مریضوں کو شفا بخشی جا چکی ہے۔ خصوصاً اعصابی امراض میں علاج بذریعہ مسمریزم کے کارنامے مشہور عالم ہیں۔ مسمریزم کا ایک ماہر محقق (ESDAILE) لکھتا ہے کہ :-

یہ بات باور کر لینے کی مصدقہ دلیلیں موجود ہیں کہ ایک شخص کے

جسم سے قوتِ حیات کی جو شفا بخش لہریں خارج ہوتی ہیں۔ انہیں دوسرے آدمی کے جسم میں داخل کیا جا سکتا ہے۔ خدا نے انسان کو حیرت انگیز صلاحیتیں بخشی ہیں۔ جو صحت و شفا کی مکمل استعداد رکھتی ہیں۔ ایک صحت مند آدمی اپنی شفا بخش قوت سے دوسرے ناصحت مند اور کمزور آدمی کو تندرست کر سکتا ہے۔ اس کے صدہا ثبوت مل چکے ہیں۔ بعد ازاں اس نظریہ کو پسِ پشت ڈال دیا گیا کہ انسانی جسم اور دوسرے اجسام کی حیات بخش لہریں مریضوں کو شفا بخش سکتی ہیں۔ ہپناٹزم کی اصطلاح ڈاکٹر بریڈ کی ایجاد ہے۔ ڈاکٹر بریڈ کا بیان ہے کہ ہپناسز کی حالت (تنویمی نیند) کسی ایک نقطہ پر مکمل ارتکاز توجہ کے نتیجہ میں پیدا ہوتی ہے۔ انسانی ذہن ایک نقطہ (تصور) سے اس طرح چپک کر رہ جاتا ہے۔ کہ دوسرے تمام تصورات ذہن سے نکل جاتے ہیں اور پھر وہ ایک تصور، انسان کے تمام اعصابی نظام پر حکمراں ہو جاتا ہے۔

فرانس کے ممتاز ماہر اعصاب (نیورالوجسٹ) ڈاکٹر شارکوٹ کا اصرار ہے کہ ہپناسز ہسٹریا کی ایک بدلی ہوئی شکل ہے۔

ہسٹریا اور ہپناسز

ہسٹریا کی خصوصیات بیان کرتے ہوئے مشہور معالج نفسیات ڈاکٹر جی اے اصغر اپنی خود نوشت سوانح حیات "سرگزشت" میں لکھتے ہیں کہ (مضمون کا خلاصہ پیش کر رہا ہوں)

ہسٹریا میں ہر بیماری کی نقل پیش کی جا سکتی ہے۔ یہ نقل مریض کی سمجھ بوجھ اور اس بیماری کے بارے میں اسکے تجربات پر مبنی ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر بے ہوشی کے دورے کو لے لیں۔ ایسے دورے ہمیشہ سے

عام تھے اور ہر عہد اور ہر دور میں اسکی مثالیں ملتی ہیں۔ پہلے تمام دماغی دوروں کو ہسٹریا کی طرف منسوب کیا جاتا تھا۔ مریض کام کرتے کرتے یا کھڑے کھڑے یک بیک چیخ مارتا ہے۔ اور کوئی ایسی حرکت کرتا ہے کہ لوگ اسکی طرف متوجہ ہو جاتے ہیں پھر دھڑام سے فرش یا چارپائی پر گر جاتا ہے۔ جسم عجیب بے معنی سی حرکتیں کرنے لگتا ہے۔ دانت سختی سے بھنچ جاتے ہیں۔ منہ کھولنا مشکل ہو جاتا ہے۔ آنکھیں اتنی زور سے بند ہو جاتی ہیں کہ کھولنے کی تمام کوششیں رائیگاں جاتی ہیں۔ مریض ہلکے ہلکے پلکیں جھپکاتا ہے۔ بازو، ٹانگیں بلکہ سارا جسم لکڑی کی طرح اکڑ جاتا ہے۔ یا کبھی کبھی موم کی طرح نرم! کبھی کبھی مریض اس تکلیف دہ پوزیشن میں پہروں پڑا رہتا ہوں۔ عام لوگ اس حالت کو غشی کا دورہ یا "پکڑ" کہتے ہیں۔ "پکڑ" کا مطلب یہ مریض کو کوئی بدروح یا جنات گرفت میں لئے ہوئے ہیں۔ اور اسے ہر بیہودہ حرکت پر مجبور کر رہے ہیں یعنی اول فول بکنا، کپڑے پھاڑنا، بال نوچنا سر کے بال بکھیر کر جھومنا! غشی کی یہ حالت درحقیقت مرگی کے دورے کی نقل ہوتی ہے جس کی نوعیت مریض کے تجربے اور وقت کی مناسبت سے بدلتی رہتی ہے۔ گنوار عورتوں اور ان پڑھ مردوں میں یہ دماغی دورے آج بھی عام ہیں۔ البتہ شہریوں اور تعلیم یافتہ لوگوں میں یہ مرض اپنے رنگ "ڈھنگ" اور طور طریقہ بدلتا رہتا ہے ان کیفیات کو اپنے اوپر طاری کرنے میں مریض کی شخصیت، ضرورت وقت موقع کی مناسبت اور لاشعور میں دبی ہوئی خواہشات کا بھی کافی دخل ہوتا ہے۔ اور خود مریض کا اپنا ارادہ اور مرضی بھی شامل ہوتی ہے۔ ان حالات میں بعض مریض سخت ترین اذیتیں برداشت کرتے رہتے ہیں۔ تاکہ ماحول پر یہ واضح ہو سکے کہ مرض سنگین ہے اور مریض خود اس میں حصہ نہیں لے رہا

غشی کے عام دوروں اور مرگی اور ہسٹریا کے دورے میں کافی مشابہت پائی جاتی ہے۔ مگر بعض نکات ذہن میں رکھے جائیں۔ تو اس دورے کی تشخیص آسان ہو جاتی ہے۔ ہسٹریا کا دورہ اکثر مریض کے وقت کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسکے گرد و پیش کا جائزہ لیا جائے تو پتہ چل جائے گا کہ یہ دورہ کیوں پڑا؟ اور اس دورہ کا گرد و پیش کے حالات سے کیا تعلق ہے؟ گو مریض اور اسکے رشتہ دار اس دورے کا تعلق اکثر ماحول سے نہیں قائم کرتے۔ گھر کے اندر یا ماحول میں کچھ ایسے حالات ہوتے ہیں۔ جو مریض کو ناپسند یا ناگوار ہوتے ہیں۔ مریض کی لاشعوری خواہش ہوتی ہے۔ کہ وہ اپنی دشواریوں کی طرف رجوع پر وہ خود غالب آنے سے قاصر ہے) لوگوں کی توجہ مبذول کرائے۔ مریض خود اذیت سہہ کر دوسروں کو اذیت میں مبتلا کرنا چاہتا ہے۔ تاکہ اسے ذہنی سکون حاصل ہو جائے۔

ہسٹریا کا دورہ ایسے وقت پڑتا ہے جب مریض کو یہ امید ہوتی ہے کہ وہ زیادہ سے زیادہ لوگوں کی ہمدردیاں حاصل کر سکے گا۔ اور لطف یہ کہ جتنی زیادہ ہمدردیاں لوگوں کی حاصل ہوں گی۔ دورے کی شدت میں اتنا ہی زیادہ اضافہ ہوتا چلا جائے گا۔ بیہوش مریض کے دانت بھنچ جاتے ہیں۔ اور بتیسی بند ہو جاتی ہے۔ آپ مریض کے دانت کھولنے کی جتنی کوشش کریں گے وہ اتنی ہی مضبوطی سے دانت بند کرنے پر اصرار کرے گا۔ اس طرح مریض پوری قوت سے دانت اور آنکھیں کھولنے کی بھی مزاحمت کرے گا۔ نیز اکڑے ہوتے جسم کو سیدھا کرنے کی ہر کوشش کو ناکام بنا دینا چاہتا ہے گا ہسٹریا کے دورے اور مرگی کے دورے میں فرق یہ ہے کہ ہسٹریا میں پیشاب خطا نہیں ہوتا اور گرنے سے چوٹ نہیں

لگتی۔ اور دانتوں میں آکر زبان نہیں کٹتی، ہسٹریا کا مریض بظاہر بڑی جان لیوا کشمکش میں مبتلا ہوتا ہے۔ مگر بباطن وہ اس ڈرامے سے عجیب قسم کا سکون اور لذت محسوس کرتا ہے۔ ہسٹریا کا مریض مختلف معالجوں اور تیمارداروں کی بحث و گفتگو سننے کے بعد اپنی کیفیات دورہ میں مناسب تبدیلیاں کرتا رہتا ہے۔ اور انہی کیفیتوں کا مظاہرہ کرتا ہے۔ جو اس دورے کے بارے میں سن چکا ہے۔ لیکن نفسی معالج نقل اور اصل کے فرق کا اندازہ کرلیتا ہے۔ اور سمجھ جاتا ہے کہ مریض کیا سوانگ رچا رہا ہے؟ اس قسم کے دورے شدید جذباتی ماحول میں پڑتے ہیں۔ اور ان کا سبب دبی ہوئی شدید جذباتی کشمکش ہوتی ہے۔ اس جذباتی کشمکش کا ڈرامائی اظہار ہسٹریا کے دورے کی شکل میں ہوتا ہے اصل بے ہوشی میں مریض کی آنکھ آسانی کے ساتھ کھل جاتی ہے۔ اور آنکھ کی تپلی دیکھنے سے پتہ چل جاتا ہے کہ بے ہوشی کی کیفیت اصلی ہے یا نقلی! ہسٹریا کی بہت سی قسمیں اور شکلیں ہوتی ہیں۔ مثلاً ہسٹریا کے (جذباتی بحران) زیرِ اثر عارضی طور پر مریض کی بینائی زائل ہوجانا۔ یا گونگا ہوجانا۔ یا تتلی۔ ہسٹریا کے دورے میں جسم کے بعض حصے سن اور شل ہوجاتے ہیں۔ (HYSTERICAL - PARALAYISIS) - اس سلسلے میں ڈاکٹر جی اے اصغر نے ایک دلچسپ کیس پیش کیا ہے۔ جسکا مطالعہ دلچسپی سے خالی نہ ہوگا۔ لکھتے ہیں کہ :-

چند قابل غور واقعات

سنہ ۱۹۶۵ء کا ذکر ہے کہ سول اسپتال کراچی میں ایک پینتالیس سالہ عورت بھاری ڈیل ڈول کی داخل کی گئی وہ پچھلے چھ مہینے سے

اپنے پاؤں پر کھڑی نہ ہو سکتی تھیں اور روزمرہ کی ضروریات و حاجات بھی اس کی لڑکیوں کو کرانا پڑتی تھیں۔ انچارج ڈاکٹر اور میڈیکل طلبہ و طالبات نے مریضہ کے سارے جسم کا اچھی طرح معائنہ کیا۔ عام خیال یہ تھا کہ خطرناک بیماری کے عمل یا ریڑھ کی ہڈی بیٹھ جانے سے اسکی دونوں ٹانگیں بالکل ناکارہ ہو گئی ہیں۔ مگر ایکسرے (X RAY) اور خون کے طبی معائنے سے اس خدشے کی تصدیق نہ ہو سکی۔ تب مریضہ کو میری طرف رجوع کیا گیا میں نے معائنہ کیا تو پتہ چلا کہ مریضہ کی ٹانگ کے پٹھوں میں ذرا بھی جان نہیں ہے۔ نہ قوت نہ حرارت! چھونے اور دبانے کا احساس بھی مفقود ہے۔ سُن اور شل حصے میں پن گھونپو تو اسے ذرا تکلیف نہیں ہوتی۔ آخر میں نے مریضہ کی سوشل ہسٹری (ذہنی و نفسیاتی سرگزشت) لینے پر زور دیا۔ پتہ چلا کہ اس کا میاں معمولی ڈاکیا ہے۔ اسکی سات بیٹیاں ہیں۔ ان میں بڑی کی عمر تیس سال اور چھوٹی کی عمر دس سال ہے۔ ان کا غم ہر وقت اسے کھائے جاتا تھا۔ ان میں دو بیٹیاں بے لگام بھی ہوتی جا رہی تھیں، جس کا ماں کو بے حد صدمہ تھا۔ جب میں نے (ڈاکٹر اصغر لکھتے ہیں) اس موضوع پر مریضہ سے گفتگو کی تو وہ بے ساختہ رونے پیٹنے اور چلانے لگی۔ اس نے اپنے غم اپنے اندیشے اور اپنی محرومیوں کی داستان کھل کر بیان کی۔ اسے متواتر تسلی دی گئی۔ سوشل ویلفیر ڈیپارٹمنٹ کے توسط سے دو لڑکیوں کو ملازمت دلوادی گئی۔ اور لڑکیوں کے لئے مناسب رشتوں کی تلاش کا وعدہ کیا تو وہ اگلے دن اس قابل ہو سکی کہ اپنے پاؤں چل کر غسل خانے جا سکے۔ میں نے اس موضوع پر طلبہ و طالبات کو لیکچر دیا۔ اور واضح کیا کہ ایسے سنگین معاملات میں ٹانگوں

سے کھڑے ہونے کی طاقت سلب ہو جاتی ہے۔ بقول مرزا غالب!

ہوتے ہیں پاؤں پہلے ہی نبردِ عشق میں زخمی
نہ ٹھہرا جاتا ہے مجھ سے نہ بھاگا جائے ہے مجھ سے

اس مرض کی ایک قسم HYSTERICAL FUGUES بھی ہے اس کیفیت کے زیرِ اثر مریض اچانک اپنی شخصیت کو بدل لیتا ہے۔ اور پچھلی زندگی کو فراموش کر کے، دور کہیں جا کر نیا طرزِ زندگی اختیار کر لیتا ہے۔ اس کیفیت میں وہ اپنے بہن بھائیوں اور ماں باپ تک کو پہچاننے سے انکار کر دیتا ہے۔ پچھلے سال گرمیوں کے موسم میں مری کی ایک دوکان کتب فروش پر ایک اٹھارہ سالہ لڑکا تختۂ دوکان پر سوتا ہوا پایا گیا۔ لڑکے کا لباس قیمتی مگر نہایت خستہ و بوسیدہ تھا۔ ایسا لگتا تھا کہ اسے نہاتے ہوئے مہینے گزر گئے ہیں۔ متواتر فاقہ کشی کے سبب وہ بہت نحیف و نزار نظر آ رہا تھا۔ مگر آخر انسانی ہمدردی غالب آئی اور لڑکے کے حالات جاننے کی کوشش کی گئی۔ مگر وہ کچھ بتانے سے قاصر تھا۔ ہر سوال کا ایک ہی جواب تھا کہ مجھے معلوم نہیں نہ اسے اپنا نام یاد تھا۔ نہ اپنے والدین کا نشان! دوکاندار عجب کشمکش میں پڑ گیا بہر حال اس نے لڑکے کے لئے نئے کپڑے بنوا دیئے۔ اور دکان پر چھوٹے موٹے کام پر لگا دیا۔ کام وہ بجید سمجھداری سے کرتا تھا۔ دو مہینے بعد کراچی کے لڑکوں کا ایک گروپ گھومتا پھرتا اسی کتب فروش کی دکان پر پہنچ گیا۔ اس گروپ میں اس لڑکے کا ایک ہم جماعت بھی تھا۔ اس نے پہچان لیا۔ مگر یہ غائب دماغ شخص اپنے دوست کو نہ پہچان سکا۔ اور کراچی سے اپنی کسی وابستگی کا اقرار نہ کیا اس کے دوست نے فوراً بذریعہ تار کراچی اطلاع دی۔ تیسرے روز گمشدہ

لڑکے کا بھائی مری پہنچ گیا۔ مگر لڑکے نے اسے بھی نہ پہچانا۔ بہر حال دوکاندار نے لڑکے کو اسکے بھائی کے سپرد کر دیا اور وہ اسے کراچی لے آیا مگر لڑکے کی یادداشت اب تک غائب تھی۔ گھر میں ایک مہینہ رہنے کے باوجود لڑکے کا حافظہ بحال نہ ہوا۔ اور وہ بدستور گھر والوں سے اجنبی بنا رہا۔ آخر اس کے گھر والے مجھ سے رجوع ہوئے۔ اسکی ذہنی سرگزشت یہ ہے باپ بہت مصروف کاروباری آدمی ہے۔ نہایت گرم مزاج اور سخت گیر، لڑکے کی ماں ان دو بھائیوں اور ایک بہن کو چھوڑ کر فوت ہو گئی تھی، اس کی پرورش بڑی بہن نے کی، پہلی بیوی کے فوت ہو جانے کے بعد باپ نے دوسری شادی کر لی۔ بظاہر گھر کا ماحول ٹھیک تھا مگر درحقیقت اس ظاہری طوفان کے پیچھے محرومی، مایوسی، اور بے تعلقی کے سمندر کروٹیں لے رہے تھے۔ نہ آپس میں محبت تھی نہ سکون میسر تھا۔ باپ صرف خرچ کے معاملے میں فراخ دل تھا۔ باقی معاملات میں نہایت سخت، خطا کسی کی ہو سزا سب کو بھگتنی پڑتی تھی۔ یہ لڑکا دوستوں کے ساتھ گھومنے پھرنے حیدر آباد گیا تھا۔ وہاں ان سے بچھڑ گیا اور مری میں پایا گیا۔ کہیں کھویا کہیں پایا گیا ہوں۔ اسپتال کے عملے نے پورے جتن کر لئے۔ مگر اس نے کچھ بتا کر نہ دیا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ اسکے حافظے پر تالے پڑے ہوئے ہیں۔ وہ ہر کام آٹومیٹک طریقے پر کرتا تھا۔ کھانا، پینا، اٹھنا بیٹھنا، چلنا، پھرنا، یہ سب کام خودکار طریقے پر انجام پا جاتے تھے۔ اس کے تمام جذبات سرد پڑ چکے تھے۔ اور اس کے ذہن میں کوئی تحریک پیدا نہ ہوتی تھی۔ بھائی سے معلوم ہوا کہ اسے بہن سے بہت جذباتی لگاؤ تھا۔ جب بہن کی شادی ہوئی تو وہ اسکے وداع کے وقت بلک بلک کر رو دیا تھا۔ "نارکو تھراپی" میں جب

اسکو بہن کی یاد دلائی گئی اور ان تمام واقعات کے حوالے دیئے گئے تو وہ چونک پڑا۔ بہن کا فوٹو دکھایا گیا تو وہ بے اختیار رونے لگا۔ بہن کو تار دے کر بلوایا گیا۔ بہن کی موجودگی میں اس کا حافظہ ابھرا۔ اور ماضی کی یادداشتیں ایک ایک کر کے روشن ہونے لگیں اور وہ تھوڑے ہی دن میں ذہنی طور پر صحت مند ہو گیا۔ ڈاکٹر جی اے اصغر کا بیان ہے کہ شہری اور فوجی اسپتالوں میں ایسے متعدد کیس میری نظر سے گزر چکے ہیں،

خواب خرامی

ہسٹریا کے زیر اثر پرانی شخصیت کو قطعاً بھول جانے اور نئی شخصیت کے بروئے کار آجانے کو "ہسٹریکل فیوگ" کہتے ہیں اس کی ایک خاص قسم ہے "خواب خرامی" (SOB NAMBULISM) یعنی سوتے میں چلنا! اس کیفیت کے زیر اثر مریض سونے میں چلتا پھرتا، کام کاج کرتا۔ اور پھر آکر بستر پر غافل ہو جاتا ہے۔ جاگنے پر اسے یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کارنامے انجام دے چکا ہے۔ (ز ہے مراتب خوابے کہ بہ ز بیداریست) اسکی نفسیاتی تشریح یہ ہے کہ لاشعور کا ایک حصہ شعور سے کٹ کر آزادانہ عمل کرنے لگتا ہے۔ اور شعور وقتی طور پر زائل ہو جاتا ہے۔ لاشعور کی دبی ہوئی جذباتی تحریک جس قدر پر زور ہو گی۔ شعور اسکی مقاومت اتنی ہی کم کرے گا۔ اور جب مقاومت کا بالکل ہی امکان نہ رہے گا۔ تو ہتھیار ڈال دے گا۔ شعور کی اس سپر اندازی کے نتیجہ میں نئی شخصیت وجود میں آجاتی ہے۔ جس پر لاشعور کی مکمل گرفت ہوتی ہے اس قسم کے اقدامات کی چھوٹی موٹی مثالیں روزانہ کی عملی زندگی میں بھی

ملتی ہیں۔ مثلاً ماں کے ذہن میں یہ بات بیٹھی ہوتی ہے۔ کہ بچہ جب روئے گا تو وہ جاگ جائے گی۔ چنانچہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ ورنہ لوگ کتنا ہی شور مچاتے جائیں۔ ماں پڑی خراٹے لیتی رہتی ہے۔ البتہ بچے کے ذرا کلبلانے اور رونے پر جاگ جاتی ہے۔ اکثر لوگ اپنے لاشعور کو تربیت دے کر اس قسم کے کاموں پر قادر ہو سکتے ہیں۔ اس کا مجھے ذاتی تجربہ ہے۔ اگر میں رات کو سونے سے پہلے تین مرتبہ اپنے آپ سے کہدوں کہ میں دو بج کر پچاس منٹ پر جاگنا چاہتا ہوں۔ تو لامحالہ تین بجنے میں دس منٹ باقی ہوں گے کہ میری آنکھ کھل جائے گی۔

تنویم اور شعبدہ بازی

ڈاکٹر جی اے اصغر نے ہسٹریا کی کیفیات اور مظاہر مثلاً دماغی دورے میں) بینائی زائل ہو جانا۔ گونگا ہو جانا۔ پورے جسم یا کسی حصہ جسم کا شل ہو جانا۔ اپنی اصلی شخصیت کو فراموش کر کے کسی دوسری شخصیت کا روپ دھار لینا۔ سوتے میں چلنا مختلف کام کرنا اور بیداری کے بعد اس سرگزشت کو فراموش کر دینا! ہسٹریا کے یہ تمام مظاہر درحقیقت ایک طرح تنویمی مظاہر ہیں، تنویمی کیفیت ہیں۔ معمول بھی ترغیب پذیری کے سبب ان تمام کیفیتوں کا مظاہرہ کر سکتا ہے۔ اور کرتا ہے۔ وہ ترغیب و تلقین کے سبب اندھا، گونگا اور بہرا ہو جاتا ہے۔ اس کا تمام جسم اکڑ جاتا ہے۔ عامل کی ہدایت یا اپنی ترغیب سے نصف حصہ جسم متحرک اور نصف حصہ جسم شل ہو سکتا ہے۔ الغرض تنویمی ترغیبات سے آپ معمول کو اس طرح استعمال کر سکتے ہیں جس طرح شاطر اپنے مہروں اور کھلاڑی اپنے ...

گفتگو کرتا ہے۔ اور گفتگو کے دوران بعض مخصوص الفاظ استعمال کرتا ہے معمول کو ان الفاظ کا مطلب پہلے ہی سے معلوم ہوتا ہے۔ اصل میں ان کے یہاں نوٹوں کے نمبروں اور سکوں کے سن بتانے کے لئے الگ الگ الفاظ مقرر ہیں۔ مثلاً لفظ پوچھو سے مراد ہے' ایک (۲) صاف سے مراد ہے دو (۳) بیٹا سے مراد ہے تین نمبر (۴) بھیا سے مراد ہے چار، (۵) سوچ کے پانچ (۶) لڑکے کے چھ (۷) نیچے سات (۸) اوپر آٹھ (۹) مٹھی کے نو نمبر (۱۰) فوراً دس (۱۱) پھر سے مراد صفر، اسی طرح لفظ مہربان سے مراد ہے بیس (۱۲) غور سے تیس (۱۳) جلدی سے مراد ہے چالیس (۱۴) نٹافٹ پندرہ (۱۵) بولو سے ۶۰ (۱۶) بولو بولو سے ستر (۱۷) رکو نہ سے اسی (۱۸) گھبرانا نہیں سے نوے اور بولو صاحب سے ایک سو، اب ایک مثال ملاحظہ ہو۔ عامل نے آپ کے نوٹ کا نمبر دیکھا (خاموشی سے) نمبر ہے تین سو چالیس! تو عامل معمول سے کہے گا کہ بیٹا، بھیا، پھر بتاؤ کہ ان صاحب کے نوٹ کا نمبر کیا ہے۔ معمول فوراً سمجھ لے گا کہ بیٹا کا مطلب ہے کہ تین۔ بھیا کا مطلب ہے چار اور پھر سے مراد ہے۔ صفر، وہ جھٹ سے جواب دے گا کہ ان صاحب کے نوٹ کا نمبر ہے تین سو چالیس! لوگ یہ جواب سن کر حیران رہ جائیں گے۔ اور بعض دل ہی دل میں عامل کی روحانیت کے قائل ہو جائیں گے۔ اب دوسری مثال لیں۔ فرض کریں کہ آپ کے نوٹ کا نمبر ہے پچھتر لاکھ سینتالیس ہزار چار سو اکسٹھ! تو عامل نام نہاد معمول اور خود آپ سے اس طرح باتیں کرے گا۔

نیچے اس نوٹ کا نمبر پڑھو، یار نیچے بیٹھ جاؤ، اس کے بعد کہے گا، سوچ کے بھیا اس نوٹ کا نمبر معلوم کرو۔ پھر کہے گا۔ بیٹا اس نوٹ کا

کامیاب ہو جاتے ہیں۔

انکشاف راز

میں نے ان لیڈروں کا راز معلوم کرنے کے لئے دو سال محنت کی ہے اور آج مجھے خوشی ہے کہ اِن لوگوں کے ہتھکنڈوں کا انکشاف کرکے عوام کو ان کی لوٹ سے بچنے کا مشورہ دے رہا ہوں۔ واضح رہے کہ ان نام نہاد ہپناسسٹوں کے گروہ اتنے منظم ہیں۔ کہ ان سے کچھ اگلوانا سہل نہیں، جو لوگ ان کے شاگرد بنتے ہیں۔ انہیں بھی کافی رقم بٹورنے اور حلف اٹھوانے کے بعد یہ گر سکھائے جاتے ہیں۔ اور انکشاف راز کی صورت میں خطرناک عواقب کی دھمکیاں دی جاتی ہیں جب کہ امر واقعہ یہ ہے۔ کہ یہ مسمریزم اور ہپناٹزم محض دھوکہ اور الفاظ و اعداد کا چکر ہے۔ دوسرے معنیٰ میں مکمل چار سو بیس' دیتے ہیں دھوکہ یہ بازیچۂ کھلا، یاد رکھیں کہ اگر عامل آپکے نوٹ کا نمبر دیکھ لے گا تو معمول بھی یہ نمبر بتا دے گا اگر آپ چپکے سے اپنا نام عامل تنویم کو بتا دیں گے تو معمول بھی یہ نام بتا دے گا۔ اور آپ جو کچھ عامل سے پوشیدہ رکھیں گے، وہ معمول سے بھی پوشیدہ رہے گا۔ اس لئے یہ سب فریب کاری ہے۔ کوئی جادو وغیرہ نہیں ہے۔ مخفی حقیقت یہ ہے۔ کہ اِن لوگوں کی ایک خفیہ زبان (کوڈ ورڈس)، ہیں۔ عامل اور معمول دونوں اس زبان یعنی خفیہ اشارات سے واقف ہوتے ہیں۔ عامل معمول سے سوال کرتا ہے۔ اور اسی سوال میں خود جواب بھی مخفی ہوتا ہے۔ سادہ لوح ان کو ماہر روحانیت سمجھ کر ان کے دام آجاتے اور دن دہاڑے لٹ جاتے ہیں!

کرنسی نوٹوں کے نمبر بتانے کے لئے عامل متذکرہ بالا خفیہ زبان میں

چونکہ صدیوں سے ہم لوگ علم و تحقیق سے بے بہرہ ہیں۔ اور "نفس انسانی" کے عجائبات کا مطالعہ صرف اوہام کے نقطۂ نظر سے کرتے ہیں۔ بنا بریں پاکستان میں اب تک تنویم کاری کو جادوگری کا ایک شعبہ اور شعبدہ بازی کا ایک شاخسانہ سمجھا جاتا ہے۔ یقیناً امریکہ اور یورپ میں بھی اناڑی ہپناٹسٹ اور شعبدہ باز تنویم کار ہیں۔ لیکن مشرقی ممالک میں تو ہپناٹزم کا تصور سحر کاری اور نظر بندی کے بغیر کیا ہی نہیں جا سکتا۔ میں نے خود کراچی کی سڑکوں پر بہت سے شعبدہ گروں کو دیکھا ہے۔ جو ہپناٹزم کے نام پر عجیب عجیب فراڈ اور فریب کرتے ہیں ان کا تنویم کاری سے کوئی تعلق نہیں ہوتا وہ محض چار سو بیس اور عیاری ہوتی ہے۔ شیخوپورہ کے چودھری عبدالرب عزت لکھتے ہیں کہ

فقط دھوکہ ہیں ساری عامل و معمول کی باتیں

مختلف علاقوں میں ایسے لوگوں کے منظم گروہ موجود ہیں۔ جو سڑکوں یا پٹریوں یا جلسوں اور دوسری تقریبوں میں اپنی جادو بیانی (بلکہ چرب بیانی کہنا زیادہ مناسب ہوگا) کے ذریعے راہ چلتے لوگوں کو اکٹھا کر لیتے ہیں اور ایک لڑکے کو زمین پر لٹا کر اور اس پر کپڑا ڈال کر یہ ظاہر کرتے ہیں کہ "لڑکے کو مسمریزم یا ہپناٹزم کے ذریعہ بیہوش کر دیا گیا ہے۔" اس کے بعد اپنے کو عامل اور اسے معمول قرار دے کر معمول سے سوالات دریافت کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ دیکھنے والوں کو بتایا جاتا ہے کہ معمول مسمریزم کی کیفیت میں جواب دے رہا ہے۔ اس طرح وہ نہ صرف شائقین سے سوالات [illegible] چھوڑ کر" آمدنی بناتے ہیں۔ بلکہ ان پر نفسیاتی اور اپنی [illegible] اپنی بوگس ادویہ بھی فروخت کرنے ہیں

نمبر معلوم کرو۔ معمول خاموش رہے گا۔ کیونکہ ابھی تک پنچے، سورج کے بھیا اور بیٹا، ان چار لفظوں سے اسے صرف ۳ ۴ ۵، نمبر معلوم ہوتے ہیں اس کے بعد عامل معمول سے کہے گا کہ بھیا پوچھتا ہوں نمبر معلوم کرو۔ معمول سمجھ گیا۔ بھیا سے مراد ہے چار کا عدد چنانچہ اس نے اب ۴ ۳ ۴ ۵، نمبر ذہن میں قائم کر لئے بعد ازاں عامل کہے گا۔ کہ لڑکے پوچھتا ہوں تو معمول چھ کے عدد کا اضافہ کر دے گا۔ یعنی ۶ ۴ ۳ ۴ ۵، پھر عامل کہے گا۔ پوچھ، پوچھ سے ایک کا عدد مراد ہے۔ معمول فوراً کہہ دے گا۔ کہ ان کے نوٹ کا نمبر ہے۔ ۶۱ ۴ ۳ ۴ ۵، ۔اب آپ کی آتش شوق کو تیز کرنے کے لئے وہ معمول سے یہ بھی پوچھے گا کہ بتاؤ کہ یہ کرنسی نوٹ کتنے کا ہے۔ اگر دس کا ہے تو یہ سوال ہوگا کہ، فوراً بتاؤ، فوراً کا مطلب ہے دس! معمول جھٹ کہہ دے گا کہ دس روپے کا۔ اور اگر عامل کہے کہ ذرا سوچ کر بتاؤ کہ یہ نوٹ کتنے کا ہے۔ تو جواب ملے گا، پانچ روپے کا، کیونکہ سوچ کا مطلب ہے پانچ،

چند اور شعبدے

اسی قسم کے بعض نوسر باز (نام نہاد تنویم کار) اپنے بنے ہوئے معمول سے گھڑی کا وقت بھی دریافت کرتے ہیں۔ مثلاً گھڑی میں بارہ بجکر چالیس منٹ ہوتے ہیں۔ تو عامل و معمول میں اس طرح سوال و جواب ہوں گے۔

میں کون ہوں؟

عامل!

تم کون ہو

معمول!

جو پوچھوں گا بتاؤ گے؟
بتاؤں گا
تو پوچھتا ہوں کہ اس صاف گھڑی کا وقت معلوم کر بھیا پھر!
معمول فوراً جواب دے گا کہ بارہ بجکر چالیس منٹ!
اس لئے کہ پوچھتا ہوں کا مطلب ہے ایک، صاف کا مطلب ہے، دو بھیا کا مطلب ہے چار اور پھر کا مطلب ہے، صفر، اسی طرح سکوں کے متعلق بھی لفظوں کے خفیہ مفہوم ہیں۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ بعض اوقات عامل آپ کے ہاتھ میں کوئی سکہ دیکھ لے تو معمول اسے فوراً بتا دیتا ہے کہ اکنی ہے۔ دونی ہے، چونی ہے یا روپیہ! اسکے لئے بھی چند اشارے مقرر ہیں۔ یہ سے مراد ہے پیسہ، اور سے مراد ہے اکنی، بھلا سے مراد ہے دونی، بولو سے مراد ہے چونی، بولو بولو سے مراد ہے اٹھنی، بولو صاحب کا مفہوم ہے روپیہ اور فوراً کا نوٹ، اس قسم کے شعبدہ بازوں نے درحقیقت ہپناٹزم کو بدنام کر دیا ہے۔ حالانکہ آجکل یہ "میڈیکل سائنس" یعنی طبی تعلیم کا ایک مسلمہ اور تصدیق شدہ شعبہ ہے۔ اور ترقی یافتہ ملکوں میں مریض پر تنویمی نیند طاری کر کے سنگین سے سنگین جسمانی آپریشن کئے جاتے ہیں اور تنویمی ترغیبات کے ذریعہ عام جسمانی اعصابی اور ذہنی امراض کا علاج تو ایک ناقابل تردید حقیقت ہے۔

ناصر عظیم شیخ (لاہور) اپنے مکتوب مورخہ ۲۰ اکتوبر ۷۳ء میں لکھتے ہیں کہ:۔

میری عمر اس وقت ٹھیک اڑتالیس سال کی ہے۔ آج سے تقریباً ۳۵ سال قبل۔ جب کہ عمر تقریباً چودہ سال کی تھی۔ مجھے کچھ رسائل مثلاً

"طائر روح کی پرواز" وغیرہ پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ میرے والد ہپناٹزم اور مسمرزم میں کافی مہارت رکھتے تھے۔ اگرچہ وہ یہ عمل (پریکٹس) بہت چھپ کر کرتے تھے۔ وہ کمرے کے تمام دروازے بند کر کے اندر بیٹھ جاتے۔ اور حکم دیتے کہ گھر میں کسی قسم کا شور نہ ہو۔ نہ کوئی ان کے کمرے کے قریب آئے۔ اس صورت میں خواہ مخواہ تجسس پیدا ہوتا کہ آخر والد صاحب کمرے میں کیا کرتے ہیں۔ میں دروازے کے شگاف میں سے جھانکتا تو دیکھتا کہ وہ ایک سیاہ نشان پر نظریں جمائے اسے تک رہے ہیں۔ چند روز بعد دیکھا کہ والد صاحب نشانِ سیاہ کو تک رہے ہیں۔ مگر نقطۂ توجہ (سیاہ نشان) پر توجہ مرکوز نہیں ہوتی۔ وہ بار بار اٹھتے ٹہلتے کمرے میں۔ لمبے گہرے گہرے سانس لیتے اور پھر سیاہ نشان پر نظریں جما دیتے، میں خود حیران تھا کہ ان کی اس بے چینی اور اضطراب کا سبب کیا ہے؟ کبھی کبھی وہ اس دروازے کی طرف نظر اٹھا کر دیکھ لیتے تھے۔ جس کے شگاف سے میں ان کا تماشا کر رہا تھا۔ آخر ایک بار اٹھ کر انہوں نے دروازہ کھولا، لیکن اس اثنا میں بندہ وہاں سے فرار ہو چکا تھا۔ والد صاحب نے دروازہ کھولا تو کسی کو نہ پایا۔ تو وہ پھر دروازہ بند کر کے ارتکازِ توجہ میں مشغول ہو گئے۔ تقریباً ایک گھنٹے کے بعد ایسا محسوس ہوا۔ جیسے مجھے کوئی زبردستی کھینچ کر اس کمرے کی طرف لئے جا رہا ہے۔ کشاں کشاں میں ادھر چل پڑا۔ جونہی کمرے کے سامنے پہونچا، دروازہ کھل گیا اور قبلہ والد صاحب برآمد ہوئے وہ مجھے کھینچ کر اندر لے گئے۔ ان کی آنکھیں سرخ تھیں اور لال رنگ کی شعاعیں ان سے نکل رہی تھیں۔ کچھ دیر ٹکٹکی باندھے وہ مجھے گھورتے رہے۔ اور فرمایا کہ بس آج تو تمہیں چھوڑتا ہوں، آئندہ کبھی اندر جھانکنے کی کوشش نہ کرنا، ورنہ تمہاری آنکھیں نکال لوں گا۔

خیر میں اس جسارت سے باز آ گیا۔ البتہ طبیعت میں تجسس رہا کہ آخر والد صاحب کو کیسے پتہ چلا کہ میں چوری چھپے انہیں تاکتا جھانکتا ہوں اور پھر وہ کون سی طاقت ہے۔ جو مجھے کھینچ کر والد صاحب کے پاس لے گئی۔ والد صاحب قبلہ کے پاس کتابوں کا بہت بڑا ذخیرہ تھا۔ زیادہ کتابیں تصوف کے بارے میں تھیں۔ میں گاہ گاہ ان کتابوں کی تلاشی لیتا رہتا۔ انہی کتابوں میں مجھے "طائر روح کی پرواز" رسائل ملے۔ میں نے ان رسالوں کا غور سے مطالعہ کیا۔ اور رفتہ رفتہ یہ حقیقت مجھ پر منکشف ہو گئی کہ وہ کون سی نادیدہ طاقت تھی جو مجھے پکڑ کر ان کے سامنے لے گئی۔ مندرجہ بالا رسائل ایک سکھ بزرگ کے لکھے ہوئے تھے۔ مجھے یاد پڑتا ہے کہ ان کتابوں میں جا بجا آیات قرآنی کا حوالہ بھی دیا گیا تھا۔ یہ سکھ بزرگوار مسمریزم، ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی کے ماہر اور زبردست عامل تھے۔ ان سے لوگوں کو بیحد فیض پہنچا تھا۔ امراضِ کہنہ کا شافی علاج عاداتِ بد کو ترک کرانا اور کسی خاص امر کی طرف کسی کی توجہ مبذول کرا دینا ان کے معمولی کمالات تھے۔ ان کا طریق علاج یا اصول ترغیب دہی یہ تھا کہ خط و کتابت کے ذریعہ کسی خاص مریض سے وہ کوئی وقت مقرر کر لیتے تھے۔ اور مریض یا معمول کو ہدایت کرتے کہ وہ اس مقررہ وقت پر تنہا جگہ بیٹھ جائے۔ دماغ کو پرسکون کر لے۔ اور بار بار ان بزرگ (سکھ) کے نام کی جاپ کرے یعنی ان کا نام دہرائے۔ اس عمل سے معمول پر غنودگی طاری ہو جاتی۔ اور پھر بزرگ اپنے صحت بخش خیال کی لہریں معمول کی طرف بھیجتے۔ (معمول کا تصور کر کے یہ خیال کرتے کہ وہ صحت یاب اور بھلا چنگا ہو رہا ہے) اور آخر کار وہ معمول صحت یاب ہو جاتا۔

میں نے خود بھی نوعمری کے زمانے میں ہپناٹزم کی پریکٹس کی ہے اور

اور بہت سی طاقتوں کے علاوہ مجھ میں یہ طاقت بھی پیدا ہو گئی تھی کہ ہر کسی پرند (مثلاً چڑیا یا مرغی) کے گرد انگلی سے دائرہ کھینچ دیتا کہ اے پرندے! تو میرے قبضے میں ہے اور میں نے جو دائرہ تیرے گرد کھینچا ہے تو اس سے باہر نہیں جاسکتا۔ یہ میرا حکم ہے اور یہ حکم تجھے بہر حال ماننا پڑے گا۔ میں نے تیری طاقت پرواز سلب کر لی ہے۔ جب تک میں تیری طاقت پرواز بحال نہ کر دوں تو پر تک نہیں پھڑ پھڑا سکتا۔ رئیس صاحب! یقین کیجئے پرندے اس حکم کی تعمیل کرتے۔ وہ دائرے میں بے حس و حرکت محصور ہو کر رہ جاتے۔ اور جب میں قوتِ ارادہ کو بروئے کار لا کر حکم دیتا کہ اب تم آزاد ہو تو وہ پھر سے اڑ جاتے۔

نامر عظیم شیخ نے جو واقعات بیان کئے ہیں، وہ تینوں ٹیلی پیتھی کا کرشمہ ہیں۔ (۱) کشاں کشاں کسی نادیدہ طاقت کے زیر اثر والد صاحب کے کمرے کی طرف چلا جانا۔ (۲) سکھ بزرگ کا طریق علاج یعنی اپنے خیال کی صحت بخش لہریں مریض کی طرف بھیج کر اسے شفایابی کی ترغیبات یا احکام دینا۔ اور مریض کا متاثر ہو جانا۔ (۳) کسی پرندے کو حکم دینا کہ میں نے تمہاری قوت پرواز سلب کر لی ہے۔ اور اب جب تک میں تمہیں آزاد نہ کروں گا۔ تم پر تک نہیں پھڑ پھڑا سکتے۔ اور پرندے کا اپنے مقام پر دم بخود ہو جانا، اس آخری مثال سے اندازہ ہوتا ہے کہ پرندوں اور انسانوں کے درمیان بھی دماغی رابطہ قائم ہو سکتا ہے۔ یہی نہیں بلکہ درختوں اور انسانوں کے مابین بھی ٹیلی پیتھی رابطے استوار کئے جا سکتے ہیں۔

ٹیلی پیتھی

میں نے عرض کیا تھا کہ ان خارق العادات مظاہر (ٹیلی پیتھی، کشف روشن ضمیری، اور تنویم) پر سائنسی تحقیقات صرف ترقی یافتہ ملکوں میں ہو رہی ہے۔ اور ہم آج بھی اوہام وقیاسات کے اندھیروں میں بھٹک رہے ہیں۔ مغربی محققین نے اس موضوع (ٹیلی پیتھی) پر پچھلے ایک سو برس میں جو تحقیقات کی ہیں۔ ان سے ثابت ہوگیا ہے۔ کہ دو ذہن، کسی جسمانی رابطہ کے بغیر ایک دوسرے سے بذریعہ خیال وتصور پیوستہ اور وابستہ ہو سکتے ہیں ایف، ڈبلو، ایچ مائرس نے مابعد النفسیات کے مختلف شعبوں پر جو تحقیقات کی ہیں۔ ان کا ثبوت انگلستان کے مشہور علمی ادارے "سوسائٹی فار دی سائیکیکل ریسرچ (S.P.R) کے جرنلز مطبوعات ورسائل سے مل سکتا ہے۔ ڈاکٹر مائرس نے ٹیلی پیتھی کے تجربات سائنسی تجربہ گاہوں دلیبارٹریز میں کئے ہیں اور ان تجربات کے نتیجہ میں ٹیلی پیتھی کو بطور ایک سائنسی حقیقت کے تسلیم کرلیا گیا ہے۔ یہی نہیں، بلکہ ہر شخص کو اپنی زندگی کے کسی نہ کسی مرحلہ پر کسی نہ کسی حد تک یہ تجربہ ضرور ہوا ہوگا۔ کہ اسکا دماغی رابطہ کسی شخص سے قائم ہوگیا ہے۔ چاہے چند لمحے کے لئے ہی سہی! تاہم آج تک کوئی شخص یہ نہیں بتا سکتا کہ ٹیلی پیتھی کیا ہے اور کسی وسیلۂ مادّی یا حواس خمسہ کے توسط کے بغیر ایک ذہن کس طرح دوسرے ذہن تک اپنے خیال کی لہریں اور تاثرات کی امواج پہونچا سکتا ہے۔ البتہ یہ بتایا جا سکتا ہے۔ کہ ٹیلی پیتھی کیا نہیں ہے۔ مثلاً ہم یہ جانتے ہیں کہ وہ مادّی طاقت کی کوئی قسم مثلاً تابکاری (RADIATION) نہیں ہے۔ مثلاً ریڈیو یہ تمام لہریں حرکت کے معلوم قوانین، کے تحت عمل کرتی ہیں۔ لیکن ڈاکٹر ایس، جی سول کے الفاظ میں ٹیلی پیتھی رابطے میں فاصلہ حائل نہیں ہوتا۔

اِن ڈاکٹر صاحب نے ٹیلی پیتھی کے سلسلے میں بہت سے تجربات کئے ہیں۔ اور اس موضوع پر بلند پایہ مضامین لکھے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ دو ذہنوں کے درمیان بعد مسافت کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ بلکہ کائنات کے تمام ذہن ایک کائناتی ذہن سے تعلق رکھتے ہیں۔ اور ایک ذہن سے جو تصور گزرتا ہے وہ آناً فاناً تمام ذہنوں کو متاثر کرسکتا ہے۔ کیونکہ یہ تمام شاخیں ایک ہی جڑ سے پیوستہ ہیں۔ اور وہ جڑ ہے شعور مطلق، جو کائنات کی اصل واساس ہے۔ ہم نے فرض کیا تھا کہ صرف انسانوں ہی کے درمیان ٹیلی پیتھی رابطہ قائم نہیں ہوتا۔ حیوانوں اور آدمیوں کے درمیان بھی یہی رشتہ برقرار ہے بلکہ ایک قدم آگے بڑھئے انسان و درخت بھی افہام و تفہیم کے ایک باطنی رشتہ میں پروئے ہوتے ہیں۔ مشہور سوشیالوجسٹ (عالم عمرانیات وسماجیات) ڈاکٹر جی ایم مہکری (بنگلور ۴-۱۰-۱ ماڈرن کالونی) رقمطراز ہیں کہ

نئی سائنس

ایک بات روز بروز واضح ہوتی چلی جارہی ہے یہ کہ کل کے بہت بہت سے واہمے آج کی ایسی سائنسی حقیقتوں کا روپ دھار چکے ہیں جن کا تجربہ کیا جاچکا ہے۔ اور جنہیں متواتر عملی تجربات سے ثابت کیا جا سکتا ہے مثلاً "یہی بات کہ پودوں میں شعور موجود ہے۔ یعنی درخت سنتے ہیں، سمجھتے ہیں۔ محسوس کرتے ہیں اور بولتے ہیں ایک ایسی زبان میں جو الفاظ کی محتاج نہیں۔

اے گوش وقت سن کہ ادا کر رہا ہوں میں
وہ لفظ جس کے حرف فراموش ہو گئے

پچھلے زمانے میں گاؤں کی پنچائیتیں ملزم کو ہدایت کرتی تھیں کہ اگر وہ سچا ہے تو فلاں درخت کے نیچے کھڑے ہو کر اپنی بے گناہی کی قسم کھالے۔ قسم کھانے والے کو جرأت نہ ہوتی تھی کہ وہ درخت کے سامنے جھوٹ بول سکے۔ اسے یقین تھا کہ پیڑ اسکے جھوٹ یا سچ میں تمیز کرلے گا۔ کل تک ہم اس پنچائتی فیصلے کو دیہاتیوں کا واہمہ سمجھ کر نظر انداز کردیتے تھے۔ لیکن اگر آج جھوٹ پکڑنے والے آلے (لائی ڈیٹکٹر) کو آپ

(PSYIC GALVANIC REFLEX MACHINE)

کے ساتھ کسی درخت سے منسلک کر کے جھوٹ بولنے کا ارادہ کریں تو درخت فوراً اپنا ردعمل ظاہر کرے گا۔ اور ریکارڈ کرادے گا کہ تم جھوٹ بول رہے ہو۔ یہ واہمہ کہ درخت سمجھتے، محسوس کرتے، اور انسانی پیام وصول کر کے اسکے جواب دیتے ہیں۔ ایک تسلیم شدہ سائنسی حقیقت میں کس طرح تبدیل ہوا؟ یہ کہانی بہت عجیب و غریب ہے۔ امریکہ میں ایک شخص BECKSTER نامی جو لائی ڈیٹکٹر ایکسپرٹ (جھوٹ کو پکڑنے والا آلہ) کے ماہر کی حیثیت سے ممتاز ہے اور اس کا کام یہ ہے کہ اس آلے کے ذریعہ زیر تفتیش مجرموں کا جھوٹ سچ معلوم کرے۔ ایک روز اسے خیال آیا کہ کیوں نہ اس آلے کو کسی درخت کے ساتھ نتھی کر کے اس کے ردعمل کا اندازہ لگایا جائے۔ بکسٹر نے اپنے بائی گراف کے تار کو 'لائی ڈیٹکٹر' کے سامنے لگے ہوئے ایک پودے سے نتھی کردیا اور تجربے کے طور پر سوچا کہ اس پودے کو جلا دیا جائے۔ فوراً آلے کا پوائنٹر حرکت کرنے لگا۔ یعنی پودے نے فوراً محسوس کرلیا کہ بکسٹر کیا سوچ رہا ہے۔ (انسان اور درخت کے درمیان ٹیلی پیتھی کی واضح مثال) بکسٹر کو شبہ ہوا کہ شاید مشین میں کوئی خرابی ہے۔ نہیں کوئی خرابی نہیں تھی مشین کو چیک

کیا گیا۔ صحیح طرح کام کر رہی تھی۔ دوبارہ پھر اس نے خیال کیا کہ پودے کو جلا دینا چاہیئے۔ ایک مرتبہ پھر پوائنٹر کی سوئی حرکت کرنے لگی۔ اس تجربہ کے ساتھ ایک نئی سائنس وجود میں آ گئی۔ (یعنی پودوں اور انسانوں کے درمیان رابطہ بذریعہ خیال) اس سے ۔ ہندوستان کے مایہ ناز سائنس داں سر جگدیش چندر بوس نے آلات کے ذریعہ اس امر کا ثبوت بہم پہنچا کر دنیا کو حیران کر دیا تھا کہ پیڑ اور پودے احساسات سے محروم نہیں ہیں۔ اگر آپ ان کی جڑوں میں شراب چھڑک دیں۔ تو ان پر بدمستی طاری ہو جاتی ہے۔ اگر ان کے پتے نوچیں تو وہ درد اور کرب محسوس کرتے ہیں۔ یہی نہیں بلکہ انسانوں اور حیوانوں کی طرح وہ سوتے بھی ہیں۔ جاگتے بھی ہیں۔ مگر بکسٹر کی تحقیق ایک قدم آگے ہے۔ بکسٹر نے سائنسی طور پر تجربہ کرا دیا ہے۔ کہ پودے دوسروں کے خیالات و جذبات پڑھ لیتے ہیں۔ صرف اس پر اکتفا نہیں، بکسٹر اور اس کے رفقائے تحقیق نے آلات اور تجربات کی مدد سے اس امر کے ثبوت بہم پہنچا دیئے کہ درخت کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہوں وہ اپنے سے تعلق رکھنے والے لوگوں کے خیالات و جذبات سے آگاہ ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹر نبگلور جی ایم مہکری مزید لکھتے ہیں کہ) اگر مثلاً آپ نبگلور یا امریکہ میں لگے ہوئے کسی درخت کو یاد کریں گے۔ یا بیمار ہوں گے۔ یا کسی خوش کن واقعے یا دلخراش سانحے سے دوچار ہوں گے تو درخت ان تمام کیفیات مسرت و غم کو محسوس کرے گا۔ جن سے آپ دوچار اور آپ کا قلب متاثر ہے۔ اگر آپ کی قلبی کیفیت خوش کن ہے تو درخت خوشی محسوس کرے گا۔ اور غم ناک ہے تو درخت کے پتے میں غم کی لہر دوڑ جائے گی۔ یہ معاملہ یہیں ختم نہیں ہو جاتا مسئلہ زیادہ پیچیدہ اور حیرت ناک ہے۔ یہ سائنسی انکشاف اور بھی چونکا دینے

والا ہے کہ درختوں میں مستقبل بینی کی صلاحیت موجود ہے۔ اور وہ آئندہ پیش آنے والے واقعات سے واقف ہو جاتے ہیں۔ سوویت یونین کی انقلاب آفریں ایجاد "کیرلین فوٹو گرافی" تمام جاندار اجسام (درخت، جانور، اور آدمی کے ہالہ نور (جسم مثالی) کی تصویر اتار سکتی ہے۔ ان تصاویر سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ جب درخت سے پتے نوچے جاتے ہیں۔ تو وہ زندہ اور باشعور آدمی کی طرح تکلیف محسوس کرتا ہے۔ اور جب تم نرمی سے پیار سے اور محبت سے درختوں پر ہاتھ پھیرتے ہو۔ تو ان کا ہالہ نور درخشاں ہو جاتا ہے۔ ان کا جسم مثالی جگمگانے لگتا ہے۔ جان وائٹ نے اپنی علم افروز کتاب۔ THE PSYCHIC POWER OF PLANTS (درختوں کی روحی طاقتیں) میں متعدد شواہد سے ثابت کیا ہے کہ جب درختوں کے سامنے مستانہ رقص کیا جاتا ہے تو ان کی نشوونما میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور وہ مزید سرسبز و شاداب ہو جاتے ہیں۔

اس انکشاف سے ایک اور قدیم روایت کی تصدیق ہو گئی۔ عہد قدیم میں ہمارے آباؤ اجداد فصلوں کی کاشت کے وقت طرح طرح کی رسوم ادا کرتے تھے۔ مثلاً رقص و موسیقی اور نشاط آور اجتماعات! ان کا عقیدہ تھا۔ کہ ان رسموں کی بجا آوری سے پودوں کی بڑھوتری، زمین کی زرخیزی اور کھیتوں کی پیداوار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ پہلے یہ ایک قبائلی مفروضہ تھا اب یہ ایک علمی اور تجرباتی حقیقت ہے۔ گویا ہمارے اسلاف ہزاروں سال پہلے وہ سب کچھ وجدانی طور پر جانتے تھے جنہیں جدید سائنس لیبارٹری کے تجربات سے ثابت کر رہی ہے۔ یعنی عالم نباتات کی مخلوق (گھاس، پودے جھاڑیاں) انسانوں کے جذبات، تاثرات، تصورات اور احساسات کو بخوبی سمجھتی، جانتی، پہچانتی ہے۔ بلکہ اس معاملے میں وہ انسان سے زیادہ

حساس و باشعور ہے۔ جان واہٹ کا مشورہ ہے کہ

پس محبت کرو اپنے درختوں، ان کی پتیوں، ان کے پھولوں اور پھلوں سے۔ کہ وہ اس محبت کے مستحق ہیں۔ اور تمہارے لطیف جذبات کا ادراک کرتے ہیں۔ اس موقع پر بے اختیار شیخ مصلح الدین سعدیؒ کا مشہور زمانہ شعر یاد آیا۔

برگ درختان سبز در نظر ہوشیار
ہر ورقے دفتریست معرفت کردگار

یعنی اہل شعور کی نظر میں درخت سبز کا ہر پتہ معرفت کردگار کا دفتر ہے۔ ٹیلی پیتھی کا رابطہ انسانوں کے درمیان قائم ہو یا حیوانوں، درختوں اور آدمیوں کے درمیان! اس رابطے کو مستحکم کرنے کے لئے ضروری ہے کہ عالم پرنیم تنویمی (غنودگی) یا استغراق کی کیفیت طاری ہو۔ کیونکہ عملی شعور کی بیداری کے عالم میں اس کا امکان بہت کم ہے کہ آپ کی مخفی روحی صلاحیتیں بروئے کار آ سکیں۔ ان صلاحیتوں کو بروئے لانے کے لئے ضروری ہے کہ ذہن یکسو اور توجہ صرف ایک نقطہ پر مرکوز ہو اور ارتکاز توجہ کی یہ کیفیت کامل بیداری کی حالت میں پیدا نہیں ہو سکتی۔ یہ ضروری نہیں کہ ٹیلی پیتھی رابطہ ہر شخص سے یکساں معیار پر قائم ہو جائے۔ اس سلسلے میں مختلف درجے اور معیار ہیں۔ جن لوگوں کے درمیان کامل جذباتی اتحاد پایا جاتا ہے۔ ان کے درمیان ذہنی رابطہ (ٹیلی پیتھی) بہت آسانی کے ساتھ قائم ہو سکتا ہے۔ جذباتی حوادث کے موقع پر جب انسانی نفس میں تلاطم برپا ہو۔ یہ صلاحیت غیر معمولی قوت سے کام کرنے لگتی ہے۔ یہ بھی واضح رہے کہ اس خود بخود قائم ہو جانے والے دماغی رابطہ میں شعوری عمل کا کوئی دخل نہیں۔ بلکہ

یہ ایک لاشعوری حرکت ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ انسانی جبلت میں ٹیلی پیتھی کی صلاحیت قدرتی طور پر موجود ہے۔ اور جب الفاظ ایجاد نہ ہوئے تھے تو انسانوں کے درمیان تبادلہ خیال کا واحد ذریعہ یہی امواج خیال تھیں۔ جو مختلف ذہنوں میں سفر کرتی رہتی تھیں، اور اس طرح ایک انسان دوسرے انسان کے مافی الضمیر سے باخبر رہتا تھا۔ جانور نطق سے محروم ہیں۔ اور ان بے زبانوں کے درمیان تبادلہ خیال کا واحد ذریعہ آج بھی یہی غیر مادی ذریعہ ابلاغ (COMMUNICATION) ہے۔ شاہد محمود (لاہور) کا بیان ہے کہ

آج سے ایک سال پہلے ہمارے اسکول میں ایک ماسٹر نے کسی لڑکے کو "ہپناٹائزڈ" کیا۔ یہ دیکھ کر میرے اندر بھی اس علم کو سیکھنے کا شوق پیدا ہوا ہپناٹزم سیکھنے کے لئے میں نے کسی آدمی کی مدد نہیں لی۔ سنا یہ تھا کہ کسی ایک مخصوص چیز کو پلک جھپکائے بغیر متواتر تکنے سے آدمی میں ہپناٹزم کی صلاحیت رفتہ رفتہ پیدا ہو جاتی ہے۔ میں نے یہی کیا۔ ایک کمرے میں گلاس رکھ کر گلاس کے خاص نقطے پر متواتر تکنا شروع کیا۔ اور اسی نقطہ پر تمام تر توجہ مرکوز کر دی۔ اس مشق کو میں نے ایک سال کیا۔ اور اب مجھ میں اتنی طاقت پیدا ہو گئی ہے کہ ایک گھنٹے تک کسی چیز کو پلک جھپکائے بغیر تک سکتا ہوں اس عمل سے مجھ میں یہ قوت پیدا ہو گئی کہ اگر میں کسی سوتے ہوئے انسان کو آدھے منٹ یا کم مدت تک دیکھوں تو وہ فوراً بیدار ہو جائے گا۔ اور اٹھ کر شکایت کرے گا کہ میرے سر میں درد ہو رہا ہے۔ جب میں کسی خوابیدہ انسان پر اپنی توجہ مرکوز کر دیتا ہوں تو ایسا لگتا ہے کہ میرے اور اس کے درمیان دماغی رابطہ قائم ہو گیا ہے۔ اس وقت اگر میں زور سے سانس لوں۔ تو وہ آدمی بیدار ہو جاتا ہے۔ لیکن عجیب بات کہ میرے سر میں درد ہونے لگتا ہے

یعنی اس کا درد سر مجھ میں منتقل ہوجاتا ہے۔ انسان تو انسان اگر میں کسی بلی پر نظر میں جما دوں تو وہ تیز تیز سانس لے کر سو جائے گی۔ اور سوتے ہوئے آدمی پر بھی یہی اثر ہوتا ہے کہ جب میں اسے تکتا ہوں تو وہ گہرے گہرے سانس لینے لگتا ہے۔ ان مشقوں سے ایک اور صلاحیت بھی مجھ میں پیدا ہوگئی ہے۔ جب بھی میرا دماغ بوجھل ہوتا ہے۔ گھر میں کوئی نہ کوئی طوفان برپا ہوجاتا ہے۔ ایک روز کا واقعہ ہے۔ ایک روز رات کے آٹھ بجے میرا دماغ بوجھل ہوگیا میں ڈرا بھابی سے کہنے لگا خدا خیر کرے کچھ نہ کچھ ہونے والا ہے، اسی رات والدہ صاحبہ شدید طور پر بیمار ہوگئیں۔ پھر ایک دن دماغ کے بوجھل پن کا احساس ہوا۔ پھر ایک حادثہ پیش آیا۔ بہن کی منگنی ٹوٹ گئی۔ میں نے اس سے قبل ہی والدہ سے کہدیا تھا۔ امی! ہم کوئی بری خبر سننے والے ہیں۔ تیسرے موقع پر یہ کیفیت دماغ میں پیدا ہوئی۔ تو ایسا طوفان آیا کہ گھر والے رات بھر نہ سوسکے۔ شاہد محمود کے بیان سے اندازہ ہوسکتا ہے کہ تنویمی کیفیت میں نہ صرف دوسرے دماغوں سے غیر مادی رابطہ قائم ہوجاتا ہے۔ بلکہ جسمانی کیفیات کا تبادلہ بھی ممکن ہے۔ مثلاً درد سر (یعنی معمول کا درد سر عامل میں اور عامل کا درد سر یا کوئی اور جسمانی کیفیت مثلاً بخار) معمول میں منتقل کیا جا سکتا ہے۔ اس کے ساتھ انسانی دماغ میں اسقدر حساسیت پیدا ہوجاتی ہے کہ وہ مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا ادراک قبل از وقت کر لیتا ہے۔ سوال یہ ہے کہ تنویمی قوت کس طرح عمل کرتی ہے؟

جاوید ہاشمی (فیڈرل بی ایریا کراچی) لکھتے ہیں کہ

برقی لہریں

میں نے آپ کے مضامین سے اتنا ضرور سیکھ لیا ہے۔ کہ اپنے کو ہپناٹائزڈ ضرور کر سکتا ہوں۔ اور یہ ترکیب چند لمحے میں ذہن نشین ہو گئی کہ خود پر کس طرح تنویمی نیند طاری کی جا سکتی ہے؟ اس وقت ایک بجے رات کا وقت ہے۔ میں اپنے کو مکمل "ہپناٹائزڈ" نہیں تو نیم تنویمی حالت میں ضرور لے آیا تھا۔ بتا سکتا نہیں کہ اس کامیابی سے کتنا خوش ہوں۔ اور اسی خوشی میں یہ خط لکھ رہا ہوں۔ زندگی میں پہلی بار ایک عجیب کیفیت سے دوچار ہوا ہوں۔ درخواست یہ ہے کہ ازراہِ کرم مجھے عمل تنویم کی پوری تکنیک سکھا دیں۔ ہوا یوں کہ میں آٹھویں جماعت ہی سے اس قسم کی تصانیف اور آپ کے مضامین کا مطالعہ کافی غور سے کیا کرتا تھا پھر آپ کی کچھ کتابیں خصوصاً "ہپناٹزم" نامی تصنیف نظر سے گزریں کبھی کبھی نکتہ بینی (التخیر) کی کوشش کی مگر جم کر نہیں! گرمیوں میں جب چھت پر سوتا تو پلک جھپکائے بغیر چاند پر نظر جما جاتا اور اس نقطہ پر پوری توجہ مرکوز کر دیتا۔ غرض جو دل میں آتا۔ دماغ میں سمایا کرتا۔ کسی سے رائے نہ لیتا۔ کئی بار سوچا کہ آپ سے مشورہ لوں مگر ہمت نہ ہوتی۔ ممکن ہے آپ توجہ نہ دیں۔ بہر حال میں نے یہ کیا کہ ذہن کو آزاد چھوڑ دیا۔ ہر قسم کے خیالات آتے اور گزر جاتے۔ چار پانچ منٹ کے بعد ذہن ساکن ہو گیا۔ یعنی خیالات کی آندھیاں تھم گئیں۔ پھر خود کو تنویمی نیند کی ترغیبات دینی شروع کیں۔ محسوس کیا کہ میری ٹانگوں سے لہریں اٹھ رہی ہیں۔ پھر دماغ پر سناٹا چھانے لگا۔ پھر ایسا لگا ہوا ہے کہ میں اندر ڈوبتا چلا جا رہا ہوں۔ خیر میں نے اپنے آپ کو ڈوبنے دیا۔ میرے ساتھ

چھوٹا بھائی سو رہا تھا۔ اس نے اس زور سے کروٹ لی۔ کہ استغراق کی کیفیت ٹوٹ گئی۔ اور مجھے جھٹکا سا لگا۔ ایک طلسم تھا۔ جو شکست ہوگیا۔ ایک سحر تھا جو باطل ہوگیا۔ سخت مایوسی ہوئی۔ آخر پھر دوبارہ یہ عمل شروع کیا گیا۔ اس مرتبہ میرے پاؤں سے لہریں اٹھنی شروع ہوئیں۔ اور پھر عجیب بات یہ ہوئی کہ پیشانی میں درد کی لہریں دوڑتیں پھر یہ درد پیشانی سے گدی میں منتقل ہوگیا۔ میں نے درد کی کوئی مزاحمت نہیں کی۔ رفتہ رفتہ استغراق کی حالت پیدا ہوئی۔ اور درد سر غائب ہوگیا۔ میرے ہاتھ پاؤں روئی کی طرح ہلکے ہوگئے۔ یہ عرض کر دوں کہ میں نے یہ تمام عمل جسم سے باہر نکلنے کے لئے کیا تھا۔ اب مجھے کیا کرنا چاہیئے۔ جاوید ہاشمی نے تنویمی کیفیت میں جن لہروں کا ذکر کیا ہے۔ اس کا تذکرہ گل فشاں بخاری بھی کسی تنویمی معمول کی کیفیت بیان کرتے ہوئے کر چکے ہیں۔ یہ لہریں اسوقت محسوس ہوتی ہیں۔ جب یہ کوشش کی جاتی ہے کہ جسم مثالی (ہیکڑ نور) کو جسم خاکی سے الگ کیا جائے یہ کس قسم کی لہریں ہیں۔ طبعی قوانین اس کی تشریح سے قاصر ہیں۔ کیا یہی وہ لہریں ہیں۔ جو دو دماغوں کے درمیان رابطہ قائم کرتی ہیں۔ یا یہ وہ قوت حیات ہے۔ جو مسمریزم کے پاسوں (ہاتھ سے جسم پر پاس کرنا) کی تحریک سے عامل کے جسم سے نکل کر معمول کے جسم میں داخل ہوتی اور اس میں نئی روح دوڑا دیتی ہے۔ بہرحال جہاں تک تنویمی عالم میں معمول (یا عامل) کے جسم سے برقی لہروں کے اخراج کا تعلق ہے۔ تو یہ ایک ایسا مظہر ہے۔ جس کی مزید چھان بین ہونی چاہیئے۔ جو لوگ تنفس نور یا متبادل طرز تنفس یا

سانس کی دوسری مشقیں کرتے ہیں۔ ان کے جسم خصوصاً ہاتھ کی انگلیوں سے قوت کا اخراج ایک ایسا امر واقعہ ہے۔ جسکی تصدیق تجربے سے کی جا سکتی ہے! سانس کی مشقوں سے انسان کی ریڑھ کی ہڈی کے نچلے سرے میں "قوت حیات" (کنڈالنی شکتی) جاگتی ہے۔ اور یہ بڑی قوت سے دماغ کی طرف چڑھتی ہے۔ اورانسان کو "طلسم ہوشربا" کی سیر کرادیتی ہے اور اسکی ہر بات فسانۂ عجائب معلوم ہوتی ہے۔

تنویم کی اصل حقیقت ترغیب پذیری اور اثر اندازی ہے یعنی آپ کی صرف یہ خواہش کہ مجھ پر تنویمی کیفیت طاری ہوجائے۔ انسان کے اندر ترغیب پذیری کی صلاحیت پیدا کر دیتی ہے۔ بظاہر ترغیبات عامل کی طرف سے آتی ہیں۔ مثلاً اب تمہارا جسم بھاری ہورہا ہے۔ اب تمہاری آنکھیں بند ہورہی ہیں۔ اب تم پر تنویمی نیند طاری ہورہی ہے۔ لیکن درحقیقت جب تک معمول خود ان ترغیبات کو قبول کرکے یہ محسوس نہ کرے کہ میرا جسم بھاری ہورہا ہے۔ میری آنکھیں بند ہورہی ہیں۔ اور مجھ پر تنویمی نیند غالب آرہی ہے۔ اس وقت تک عامل کی تمام کوششیں اور کاوشیں فضول ہیں۔ کارفرما قوت عامل نہیں خود معمول ہے۔ البتہ معمول کو ترغیبات اور عامل کے احکام و ہدایت قبول کر لینے پر ذہنی طور سے تیار کیا جائے۔ جب تک معمول ذہنی طور سے خود ترغیب پذیری پر آمادہ نہ ہوگا۔ ممکن نہیں ہے کہ اس پر تنویمی عمل کیا جا سکے۔ معمول کو ذہنی طور پر آمادہ کرنے کے لئے ڈرامائی ماحول پیدا کیا جاتا ہے اور ایسی ترکیبیں اختیار کی جاتی ہیں۔ جو اسے چونکا دیں۔ اس میں تجسس کا جذبہ جگا دیں۔ معمول کو محسوس ہونا چاہیئے کہ ایک غیر معمولی

واقعات پیش آنے والے ہیں۔ اور وہ ایک نئی مگر حد درجہ فرحت انگیز اور پراز دلچسپی ڈرامے کا کردار بننے والا ہے۔ تنویم کاری کا ڈراماتی ماحول پیدا کرنے کے لئے استادوں نے مختلف طریقے اختیار کئے ہیں اور پانچ چھ ہزار سال سے انہی طریقوں پر عمل ہو رہا ہے۔ صحرا نشین قبائل کا جادو اور غیر ترقی یافتہ گروہوں کی ساحرانہ رسوم بھی درحقیقت ہپناٹزم ہی کا ایک حصہ ہیں، تنویمی اثر اندازی کے معروف طریقے حسب ذیل ہیں۔

۱۔ معمول کے جسم کو چھوئے بغیر پاس کرنا (یعنی معمول کے جسم پر ہاتھ سے اشارے کرنا۔)

۲۔ معمول کے جسم پر ہاتھ رکھ کر پاس کرنا۔

۳۔ معمول کو ہدایت کرنا کہ وہ کسی ایک نقطے پر اپنی نگاہیں اور توجہ مرکوز کرے۔

۴۔ تنویمی نیند کی زبانی ترغیبات دینا۔

جسم کو چھوئے بغیر پاس کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو آرام سے لٹا دیا جاتا ہے۔ اور عامل اپنے دونوں بازو پھیلا کر مریض کے جسم کے مختلف حصوں پر بلندی سے پاس کرتا ہے۔ مسمرزیم، مسمر کے نام سے موسوم ہے اس کا طریق کار یہ تھا کہ وہ اپنے ہاتھ معمول کے کاندھے پر رکھتا تھا۔ اور پھر ہاتھ اٹھا کر معمول کی انگلیاں پکڑ لیتا تھا۔ اس ترکیب کو متعدد مرتبہ دہراتا تھا مسمر کا مقلد جسم کو چھوئے بغیر اسکے جسم پر ہاتھ پھیرتا تھا۔ تیسرا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو تاریک کمرے میں بٹھا دیا جاتا۔ عامل اسکے سامنے کھڑا ہوتا معمول کے عقب میں ایک چراغ (لیمپ) کو اس طرح رکھا جاتا کہ اس کی روشنی

عامل کی آنکھ پر پڑے۔ اور معمول کو ہدایت کی جاتی کہ وہ عامل کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر اسے گھورتا ہے۔ یا عامل معمول کی ناک کی چونچ یا ابروؤں کے درمیانی حصے پر نظریں جما دیتا۔ یا معمول کو ہدایت کی جاتی کہ وہ تاریک کمرے میں کسی چمکدار چیز پر پلک جھپکائے بغیر نظریں جما دیتے۔ اس دوران میں عامل برابر معمول کو ترغیبات دیتا رہتا ہے کہ۔

تمہاری پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔

تمہارا جسم اکڑ رہا ہے۔

تم پر تنویمی نیند طاری ہو رہی ہے۔

بہتر ہے کہ ترغیبی فقرے کے الفاظ مضبوط واضح صاف لہجہ میں ادا کئے جائیں۔ اگر عامل کے لہجے میں ذرا بھی کمزوری یا اسکی ترغیب میں الجھاؤ اور ترغیب کی ادائیگی میں پس و پیش ہو گا۔ تو ممکن نہیں کہ معمول عامل کے حکم (کمانڈ) کی تعمیل کر سکے۔ مثلاً

تم بالکل آرام دہ پوزیشن میں لیٹے (یا بیٹھے) ہو، بالکل آرام سے، بالکل آرام سے، بالکل آرام سے، تم محسوس کر رہے ہو کہ میں بہت آرام سے لیٹا یا بیٹھا ہوں۔ دیکھو، تمہاری پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔ پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔ تم چاہتے ہو کہ آنکھیں بند کر لو۔ آنکھیں بند کر لو۔ تمہاری آنکھیں بند ہو گئیں۔ سنو، میری آواز دور سے دور ہوتی چلی جا رہی ہے۔ مگر تم اسے سن رہے ہو۔ اور تم برابر میری آواز سنتے رہو گے لو اب تمہیں نیند آ رہی ہے۔ تم آہستہ آہستہ نیند میں ڈوبتے چلے جا رہے ہو۔ گہری نیند، فرحت بخش نیند اور خوشگوار نیند! تم ہر حالت میں میری آواز سنتے رہو گے۔ میرے علاوہ تم کوئی آواز نہیں سن سکتے! اس طرح

معمول پر رفتہ رفتہ نیند کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے، اور اس عالم میں وہ آپ کے تمام جائز احکام کی تعمیل پر آمادہ ہو جاتا ہے۔ اور اس عالم میں معمول کی کیا کیفیت ہوتی ہے۔ ظفر یاب علی خاں سیماب (مکان نمبر ۴ مردان) رقمطراز ہیں کہ

آپ کے اس فقرے نے چونکا دیا کہ ہم مشرقی اقوام میں ایک یہ بھی کمزوری ہے کہ بہت سے اسرار و رموز ہم اپنے سینے میں لے کر قبر میں چلے جاتے ہیں۔ اور نوعِ انسانی ان تجربات سے فائدہ اٹھانے سے محروم ہو جاتی ہے میرے ساتھ بھی ایک واقعہ عجیب گزرا ہے۔ لیکن اس عجیب واقعے کی تشریح سے قاصر ہوں۔ نہیں سمجھ پایا کہ وہ کون سی طاقت ہے۔ جو انسان کو بحالت خواب حرکت میں لے آتی ہے۔ ہوا یوں کہ میں ایک رات گہری نیند میں سو رہا تھا۔ بڑے بھائی جاگ رہے تھے۔ ان کا بیان ہے کہ میں نیند کے عالم میں اپنے بستر سے اٹھا۔ بیٹھک کا دروازہ کھولا۔ اندر داخل ہوا۔ پھر دوسرا دروازہ کھولا، باہر نکلا اور سامنے والی مسجد کے چبوترے پر جا کر بیٹھ گیا۔ بڑے بھائی جان اس تماشے کو دیکھ رہے تھے اور حیران تھے کہ میں کیا کر رہا ہوں۔ انہوں نے پوچھا کیا کر رہے ہو۔ میں نے جواب دیا کہ گھر میں مہمان آتے ہوتے ہیں۔ ان کے لئے دودھ اور کیک لینے جا رہا ہوں اگرچہ نہ وہاں کوئی دکان تھی۔ نہ دکاندار نہ میرے پاس دودھ کا کوئی برتن تھا۔ مگر پھر بھی تقاضہ کر رہا تھا کہ اس برتن میں سیر بھر دودھ ڈالو۔ بعد ازاں گھر لوٹ آیا۔ اور بستر پر بدستور لیٹ گیا۔ صبح جاگا تو یہ داستان شب مجھے قطعاً یاد نہ تھی۔ بھائی جان نے یہ واقعہ یاد دلایا تو حیرانی ہوئی کیونکہ خدا گواہ ہے کہ مجھے یاد نہ تھا کہ میں رات کو بیدار ہوا۔ بستر سے اٹھا۔

بٹھک کے دروازے کھولے مسجد کے چبوترے پر بیٹھا اور سیر بھر دودھ مانگنے لگا۔ یہ تمام باتیں میرے لئے ناقابل یقین تھیں۔ مگر امر واقعہ تو وہی تھا جو بھائی صاحب نے بیان کیا۔ اسکے علاوہ ایک دفعہ گھر کے صحن میں سو رہا تھا کہ اچانک پلنگ سے اٹھ کر کنوئیں کی طرف چلا اور کنوئیں میں جھانکنے لگا۔ خوش قسمتی سے والدہ جاگ رہی تھیں۔ وہ مجھے اپنے پلنگ پر لے گئیں۔ صبح جاگا تو مجھے ذرا بھی یہ واقعہ یاد نہ تھا۔ ان واقعات کے بعد میں نے باہر سونا چھوڑ دیا۔ اندر سوتا ہوں۔ گھر کے اندر جب اکیلا ہوتا ہوں تو سخت گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ یہ معاملہ کیا ہے وہ کون سی قوت ہے جو کسی کو سوتے میں متحرک اور سرگرم کار کر دیتی ہے۔ اور پھر جاگنے کے بعد اس شخص کو یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کر چکا ہے۔

ظفر علی خاں سیماب (مردان) نے سوال کیا ہے کہ وہ کون سی قوت ہے جو آدمی سے سوتے میں یہ کام لیتی ہے۔ اور لطف یہ کہ اس شخص کو علم نہیں ہوتا کہ وہ کیا کر رہا ہے؟ یہ کوئی پُراسرار قوت نہیں ہے انسانی شعور دو حصوں میں تقسیم ہے۔ ایک شعوری عمل وہ جسکا ہمیں علم ہوتا ہے مثلاً وہ حرکات جنہیں ہم اپنے ارادے سے کرتے ہیں۔ (مثلاً میں یہ سطریں اپنے علم وارادے سے لکھ رہا ہوں۔) دوسری حرکات واعمال وہ ہیں جنہیں ہم غیر شعوری طور پر انجام دیتے ہیں۔ یعنی وہ کام خود بخود ہوتے رہتے ہیں۔ اور ہمیں ان کی ذرا بھی خبر نہیں ہوتی۔ مثلاً سانس لینا، نبض چلنا اور جسم کی غیر ارادی حرکات وغیرہ۔۔ یہی حال نیند کا ہے۔ سونے میں

ہم کروٹیں بدلتے ہیں۔ بڑبڑاتے ہیں۔ اٹھ کر بیٹھ جاتے ہیں جسم بے ترتیب ہو تو اُسے ترتیب میں لے آتے ہیں۔ تکیے پر سر قرینے سے رکھتے ہیں سردی لگے تو لحاف اوڑھ لیتے ہیں گرمی محسوس ہو تو رضائی اتار پھینکتے ہیں۔ یہ سب حرکات لاشعوری طور پر انجام پاتی ہیں۔ اور صبح جاگنے کے بعد ہمیں یاد ہی نہیں رہتا کہ آٹھ گھنٹے کی نیند میں ہم کیا کیا جسمانی حرکات کر چکے ہیں۔ اس عمل کی ترقی یافتہ شکل خواب خرامی ہے۔ یعنی سوتے میں اٹھ کر مختلف کام کرنا۔ اور جاگنے کے بعد "اعمال خواب" کو فراموش کر دینا! یہ سب کچھ اس بات کی علامت ہے کہ لاشعور شعور پر غالب آگیا ہے۔ لاشعور کے معنی غفلت اور بے ہوشی نہیں لاشعور کا ایک اپنا شعور ہوتا ہے پاگل شعور سے عاری ہوتے ہیں۔ وہ اپنے اعمال کی توجیہہ نہیں کر سکتے بلکہ ان کا لاشعور خود مختار طور پر اپنے جسمانی اور دماغی فرائض انجام دیتا ہے خواب خرامی یا SOMNOMBOLISM درحقیقت ایک تنویمی کیفیت ہے۔ تنویمی نیند کی حالت میں آدمی خود ترغیبات کے زیر اثر تمام فرائض انجام دیتا رہتا ہے۔ اور جب تنویمی نیند ختم ہو جاتی ہے۔ تو بھلا دیتا ہے کہ وہ اس حالت میں کیا کیا کر چکا ہے۔ نفسیاتی مریضوں پر لاشعور کی یہ کیفیت اکثر طاری رہتی ہے۔ اور اس صورت میں ان کے اعمال اور انداز فکر خود مختارانہ آٹومیٹک ہوتے ہیں۔ جن پر شعور و فہم کی کوئی گرفت نہیں ہوتی۔ اقبال جاوید (لطیف آباد) اسی کیفیت کے زیر اثر زندگی بسر کر رہے ہیں۔ اپنے خط مورخہ ۴ جولائی ۱۹۷۳ء میں لکھتے ہیں کہ

..میں آج کل ایک عجیب و غریب کیفیت سے گزر رہا ہوں۔ یہ ناقابلِ قیاس ذہنی کیفیت ہے۔ پانچ چھ ماہ سے اس شکایت میں اور

اضافہ ہوگیا ہے۔ جب میں کسی چیز کے بارے میں سوچتا ہوں یا محسوس کرتا ہوں تو ایسا لگتا ہے کہ یہ حقیقت نہیں ہے حالت خواب ہے۔ جو دماغ پر چھائی ہوتی ہے۔ جیسے میں کوئی خواب دیکھ رہا ہوں۔ یہی وجہ ہے کہ میں کسی چیز کو بخوبی ذہن نشین نہیں کر سکتا۔ نہ اسے اپنے حافظے میں رکھ سکتا ہوں۔ جب مطالعہ کرنے بیٹھتا ہوں تو یہ احساس ہوتا ہے کہ میں اس عبارت کو اس سے قبل بھی پڑھ چکا ہوں۔ پھر اس عبارت کے نقوش حافظے سے محو ہو جاتے ہیں۔ نہ صرف مطالعہ بلکہ جو کام کرتا ہوں جو کچھ دیکھتا ہوں۔ جو کچھ سنتا ہوں اس کے بارے میں یہ دھیان ہوتا ہے کہ خواب تھا جو کچھ کہ دیکھا جو سنا افسانہ تھا۔ ہر لمحہ ذہن پر یہ تصور غالب رہتا ہے کہ سب کچھ خواب و خیال کا کارخانہ ہے۔

یہ توہم کا کارخانہ ہے
یاں وہی ہے جو اعتبار کیا

انتہا یہ ہے کہ آپ کو خط لکھ رہا ہوں۔ اور یہ محسوس کر رہا ہوں کہ سب کچھ عملاً نہیں بلکہ تصور میں ہو رہا ہے۔ ازراہ کرم مجھے اس تصوراتی کیفیت سے (کہ میں خواب دیکھ رہا ہوں) نجات دلائیے پہلے میں کافی ذہین تھا لیکن اب ذہانت کی دھار کند ہو رہی ہے۔ میں اپنی طرف سے پوری کوشش کرتا ہوں کہ ہر چیز کے بارے میں حقیقی طور پر سوچوں جس طرح عام لوگ سوچتے ہیں لیکن ایسا نہیں ہوتا۔ میں تو خوابوں کے جزیرے میں بھٹک رہا ہوں۔ حقیقی دنیا میرے لئے غیر حقیقی ہو کر رہ گئی ہے!

اقبال جاوید نے اپنی جو کیفیت لکھی ہے۔ اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ بعض اوقات نفسی اختلال اور ذہنی انتشار کن عجیب و غریب صورتوں

میں ظاہر ہوتا ہے۔ اور آدمی کو کس طرح اپنے تصورات کے قید خانے میں محبوس کر دیتا ہے۔ ان کے نفس میں دو نظام تصورات یا خواہشوں کے دو متضاد مجموعے ایک دوسرے سے ٹکرا رہے ہیں۔ ایک نظام تصورات یا خواہشوں کا مجموعہ وہ ہے۔ جس کا تعلق اِن کے جبلی تقاضوں سے ہے۔ اور تصورات کا دوسرا نظام۔ عملی شعور سے تعلق رکھتا ہے۔ جو انہیں تنبیہ کرتا رہتا ہے کہ تم سنگ وحشت کی دنیا سے جلاوطن ہو کر اپنے اندر بھٹک رہے ہو۔

مہجورِ حرا انجمن ہیں ہم لوگ

اپنے میں جلاوطن ہیں ہم لوگ

تم اپنے خوابوں کے اندھیرے میں ٹھوکریں کھا رہے ہو۔ تم نے حقائق کی طرف سے آنکھیں بند کر لی ہیں۔ تم محض تصورات کے باسی ہو۔ اور دوسری طرف ان کے جبلی تقاضے ہیں۔ جو اپنے اظہار اور تسکین جذبات کے لئے بے چین ہیں۔ اقبال جاوید کی پوری کوشش یہ ہے کہ وہ ان جبلی خواہشوں کو جن کی حقیقی نوعیت کا خود انہیں بھی علم نہیں دبا دیں دفنا دیں۔ شعور اور لاشعور کی اس کشمکش نے جو بڑی ہمہ گیر اور شدت کے ساتھ جاری ہے۔ ان کے حافظے کو معطل اور ذہن کو مختل کر دیا ہے اسی کو اختلال نفسی کہتے ہیں۔ اس کیفیت کو اگر جاری رہنے دیا جائے تو اقبال جاوید یقیناً (خواب خرامی) کے مریض بن جائیں گے۔ بلکہ بن گئے ہیں۔ کیوں کہ ظاہری بیداری کے عالم میں بھی وہ سوتے رہتے ہیں اس قسم کے ذہنی مریضوں کا واحد علاج عمل تنویم کے ذریعہ ممکن ہے۔ اقبال جاوید پر تنویمی نیند طاری کی جائے اور پھر انہیں حکم دیا جائے کہ تمہارے نفس کے اندر جو ہیجان برپا ہے جو طوفان جوش و خروش ہے۔ جو

آتشیں مواد بھڑک رہا ہے اُسے بے کم و کاست بیان کر دو۔ یقیناً وہ چیخنے لگیں گے۔ اور دھماکہ پیدا کرنے والی آواز کے ساتھ اپنی ذہنی کیفیت (سرگزشت کرب و اندوہ) بیان کرنا شروع کر دیں گے۔ پھر انہیں یہ ترغیب دی جائے کہ بیدار ہونے کے بعد تم قلم اور کاغذ لے کر بیٹھ جاؤ گے اور کسی جھجک کسی رکاوٹ اور کسی ہچر مچر کے بغیر جو کچھ تمہارے ذہن میں آئے گا۔ اسے قلم بند کرتے چلے جاؤ گے۔ چند مرتبہ یہ عمل کیا جائے گا۔ اور اقبال جاوید اس خواب زدگی کی مریضانہ کیفیت سے نجات پا جائیں گے۔ انسان زندگی اپنے سکون و تحفظ کے لیے ذہن سے عجیب و غریب کام لیتی ہے۔ جب دماغی کرب و تکلیف حد سے گزر جاتی ہے تو آدمی بیہوش ہو جاتا ہے۔ یہ بھی ذہنی صحت کے تحفظ کا ایک ذریعہ ہے۔ اگر کثرتِ اندوہ میں غشی طاری نہ ہو تو اندیشہ ہے کہ دماغ پھٹ جائے اس کی رگیں چٹخ جائیں بھلا اتنا جذباتی دباؤ، کون برداشت کر سکتا ہے؟ بے ہوش جانا گرد و پیش سے بے خبر ہو جانا۔ سکتے کی حالت میں آجانا۔ یہ سب درحقیقت وہ دفاعی تدابیر ہیں۔ جو انسانی زندگی اپنے تحفظ کے لئے اختیار کرتی ہے۔ یعنی دماغی میکانزم کو معطل کر کے وہ دماغ کے نازک حصوں کو تباہ ہونے سے بچا دیتی ہے۔ اقبال جاوید کی خواب زدگی (یہ محسوس کرنا کہ میں خواب دیکھ رہا ہوں۔ اسی قسم کی ایک چیز ہے۔ شعور لاشعور میں کشمکش پیدا ہونا ایک ناگزیر عمل ہے۔ انسانی جبلت (بلکہ جبلتیں) وہی ہیں جو حیوانات کی بقائے حیات کی ضامن ہیں۔ حیوانات فکر و تعقل سے محروم ہیں۔ ان کے یہاں دل و دماغ کی وہ کشمکش پائی ہی نہیں

جاتی۔ جو انسانوں کا مفہوم ہے مگر دل و دماغ (یا شعور و جبلت) کی یہی کشمکش اور یہی تصادم انسانیت کا وہ امتحان ہے جو اسے اشرف المخلوقات کے درجہ پر فائز کرتا ہے۔ جانوروں کو اپنی تہذیب نفس کی کوئی ضرورت نہیں کیونکہ ان کا کردار مشینی ہوتا ہے۔ مچھلی کا بچہ پیدا ہوتے ہی تیرنے لگتا ہے۔ اور مرغی کا چوزہ انڈے سے برآمد ہوتے ہی زمین پر چونچیں مارنے لگتا ہے۔ لیکن آدم زاد کو سب کچھ سیکھنا پڑتا ہے۔ چلنا پھرنا، اٹھنا بیٹھنا، بولنا چالنا، اور حاجات ضروری سے فارغ ہونا۔ آدمی کا جنسی کردار بھی تربیت پذیر ہے۔ عقل قدم قدم پر اس کی رہنمائی کرتی ہے۔ اور جبلت اسے اپنی راہ پر چلانا چاہتی ہے۔ یہیں سے جذباتی کشمکش کی ابتداء ہوتی ہے۔ اور خیر و شر کا یہی تصور، عقل و جذبات کی یہی کشمکش اور مفید و مضر اقدار کی یہی پیکار، انسانی شخصیت میں پختگی اور استحکام پیدا کرتی ہے! انسان حوادث کی بھٹی میں پتے بغیر اس میل کچیل سے پاک و صاف نہیں ہو سکتا جو بشری جبلت کی پیداوار ہے۔ جب تک انسان اپنے "اندرون" سے باخبر نہ ہوگا۔ اس میں خود آگاہی اور خودشناسی کی صفت پیدا نہیں ہو سکتی۔ اور خود آگاہی کے لئے اندرونی کرب سے گزرنا زینہ اولیں کی حیثیت رکھتا ہے۔

مرے قریب نہ آئے بہشت بے خبری
خود آگہی کے جہنم میں جل رہا ہوں

تحلیل نفسی

ان مباحث میں بار بار تحلیل نفسی کی اصطلاح استعمال کی گئی ہے

تحلیل نفسی کے معنی ہیں اپنے نفس (ذہن) کی کیفیتوں کو ٹٹولنا۔ اور ان شگافوں کو دریافت کرنا، جو انسانی سوچ میں پڑ گئے ہیں۔ تحلیل نفسی کا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو بستر پر آرام سے لٹا دیا جاتا ہے۔ اور اسے ہدایت کی جاتی ہے کہ وہ اپنے اوپر استغراق کی کیفیت طاری کر کے مطالعہ ذات کی کوشش کرے۔ اور اس کے ذہن میں جتنے خیالات یکے بعد دیگرے آ رہے ہیں۔ انہیں بے تکلف اور بے تکان بیان کرتا چلا جائے۔ اس کوشش میں معمول پر خود تنویمی (سیلف ہپ ناسز) کی ہلکی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ تنویم اور تحلیل دونوں کا طریقہ کار یکساں ہے۔ یعنی لاشعور میں دبی ہوئی یادوں اور یادداشتوں کو شعور کی سطح پر لایا جائے۔ فرق یہ ہے کہ تحلیل نفسی سے صرف ذہنی امراض اور اعصابی شکایتوں کا علاج کیا جا سکتا ہے اور تنویم کاری سے ذہنی اور اعصابی کمزوریوں کے علاوہ بعض جسمانی امراض (مثلاً دردِ سر، بدہضمی، قبض، دانتوں کی تکلیف وغیرہ) بھی رفع کئے جاتے ہیں۔ تحلیل نفسی کا ایک نقص یہ ہے کہ اس عمل کے دوران "انتقال جذبات محبت" کے قانون کے تحت معمول (جس کے نفس کا تجزیہ اور ذہنی کیفیتوں کی تحلیل کی جا رہی ہے) عامل یعنی معالج نفسیات تحلیل کرنے والے کو اپنا رازدار محرم اسرار اور محبوب قرار دے لیتا ہے۔ بیداری کے عالم میں شعور محتسب کے فرائض انجام دیتا ہے اور لاشعوری ہیجانات کو بروئے کار نہیں آنے دیتا۔ اور عام حالات میں تمام تصورات اور جذبات شعور کی چھلنی میں چھن چھن کر لاشعور میں پہنچتے ہیں۔ لیکن شعور ہمیشہ چوکس اور چوکنا نہیں رہتا۔ کبھی کوئی جذباتی ترغیب (مثلاً اچانک کسی عریاں جسم کا نظارہ) بڑی تیزی سے ذہن کی دہلیز کو پار کر کے لاشعور میں داخل ہو

ہو جاتی ہے۔ اور ایک دھماکے کے ساتھ لاشعور میں پیوست ہو جاتی ہے
نفس کے اس حصے کی (جسے ہم ابہام و تفہیم کے عملی مقاصد کے پیش نظر لاشعور
کہتے ہیں۔) کی عجیب خصوصیت یہ ہے کہ وہ ہر ترغیب اور واقعے کو کسی انکار، کسی
پس و پیش اور کسی دلیل و حجت کے بغیر جوں کا توں قبول کر لیتا ہے اور وہ
ترغیب لاشعور میں جڑ پکڑ لیتی ہے۔ تنویم کار کا کام یہ ہے کہ وہ شعور پر
اونگھ یا نیند طاری کر دے۔ تاکہ شعور کا داروغہ درمیان سے ہٹ جائے اور
ماہر تنویم کی ترغیب کسی خلل پذیری اور دخل اندازی کے بغیر نفس کا ایک حصہ
بن جاتی ہیں۔ تنویم کی حالت میں معمول کی تحلیل نفسی مفید ہے۔ آسان
بھی! معمول اس عالم میں اپنا سینہ تنویم کار کے سامنے کھول دیتا ہے۔
اور اسکی زندگی کی تمام فراموش شدہ یادیں تازہ ہو جاتی ہیں۔ ہم اپنے سینے
میں کیا کیا راز چھپائے ہوتے ہیں۔ اس کا اندازہ غیر تو غیر خود ہمیں بھی نہیں
یہ تو صرف تحلیل نفسی سے ہی معلوم ہو سکتا ہے کہ ایک فرشتے میں کتنے شیطان
اور شیطان میں کتنے فرشتے چھپے ہوتے ہیں۔

جو سینوں کے دریچے باز ہوں گے
نجانے فاش کیا کیا راز ہوں گے

ماہرین تنویم نے محض سمجھنے سمجھانے کے لئے تنویم کاری کی دو
قسمیں بیان کی ہیں۔ پدرانہ تنویم (پر اقتدار مگر شفقت آمیز لہجے میں معمول
کو ہدایت دینا۔) اور مادرانہ تنویم، (مامتا بھری آواز میں معمول کو ہدایت
دینا) ہر ماں اپنے بچے کو لوریاں سنا کر اور تھپکیاں دیکر سُلاتی ہے یہ لوریاں
سنانا اور تھپکیاں دینا بجائے خود ایک تنویمی عمل ہے۔ مسمریزم میں
معمول کو پاس (ہاتھ پھیرنا) کے ذریعہ سلایا جاتا ہے۔ بالکل یہی طریقہ کسی

کو سلانے کے لئے عام لوگ بھی اختیار کرتے ہیں۔ جسم کے بعض حصوں پر نرمی سے ہاتھ پھیرنا، سہلانا اور نرمی سے اعضا کو تھتھپانا، درحقیقت خواب آور اعمال ہیں۔ آپ کو تنویم کاری سے قبل اچھی طرح دیکھ لینا چاہیئے کہ آپ کا معمول کس قسم کی افتادِ طبع کا مالک ہے۔ بچپن میں جب کہ شعور کم ابتدائی مرحلے میں ہوتا ہے۔ بچہ ہر ترغیب کو قبول کر لیتا ہے۔ لیکن بلوغ کے ساتھ ساتھ رفتہ رفتہ شعور اپنی مکمل اور الگ شخصیت پیدا کر لیتا ہے۔ اور ترغیب پذیری میں طرح طرح کی رکاوٹیں پیدا کرتا رہتا ہے تاہم جس طرح رسی کے مسلسل گھساؤ سے پتھر پر لکیر پڑ جاتی ہے۔ اسی طرح مسلسل ترغیبات سے انجام کار ذہن بھی متاثر ہوتا جاتا ہے۔ ڈاکٹر ایمل کو (فرانس) کے دبستان شفا بخشی کی بنیاد بھی۔ ترغیب پذیری" ہی پر ہے سنہ ۱۸۷۹ء میں "میری بیکراڈی" نے خود ترغیبی ہی کی بنیاد پر کرسچین سائنس کی بنیاد رکھی۔ یہ بھی خود تنویمی ہی پر مبنی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ تعمیری اور مثبت نظریات انسانی شخصیت کو طاقت، محبت روشنی اور عظمت کے مینار میں میں تبدیل کر دیتے ہیں۔ اور منفی نظریات عرصہ زندگی کو کرہ جہنم بنا دیتے ہیں ہر خیال اچھے یا برے طریقہ پر ہمارے جسم کو متاثر کرتا ہے۔ ہر وہ خیال یا ترغیب جو شعور کے ذریعہ ہمارے لاشعور میں پہنچتی ہے۔ ایک جبری تقاضا بن جاتی ہے۔ اور پھر لاشعور جبراً اسے پورا کر کے رہتا ہے۔ آپ جس طرح اپنے تخیل کو استعمال کریں گے اس کا اثر لازمی طور سے آپ کی ذہنی اور جسمانی شخصیت پر پڑے گا۔ خود ترغیبی کے لئے ضروری ہے کہ آپ کامل راحت و سکون کے عالم میں ہوں۔ جسم کو ڈھیلا ڈھالا چھوڑ کر بستر پر لیٹ جائیں۔ اور اپنے کو مفید ترغیبات دینا شروع کریں۔ جب تک مکمل ذہنی

سکون ۔ اور جسمانی آرام حاصل نہ ہو۔ توجہ میں یکسوئی پیدا نہیں ہوسکتی۔ خود ترغیبی کے سلسلے میں یہ بات ہمیشہ یاد رکھنا چاہیئے کہ منفی ترغیبات و ہدایات موہوم امراض کو جنم دیتی ہیں۔ آج سے چند سال قبل صرف امریکہ میں وہم زدہ افراد کی تعداد نصف کروڑ تھی۔ ظاہر ہے کہ ایسے خیالی مریضوں کا علاج حکما اور ڈاکٹروں کے بس میں نہیں، صرف ایک معالج نفسیات ہی ان سے بخوبی عہدہ برآ ہوسکتا ہے۔ تنویمی ترغیبات قبول کرنے کی صلاحیت ہر آدمی میں پائی جاتی ہے۔ البتہ شدت احساس کے لحاظ سے ان کی تین قسمیں ہیں۔ (الف) بہت زیادہ شدید الاحساس (ان کی تعداد کل آبادی میں بیس فیصد ہوتی ہے۔) (۲) دوسرے درجہ پر وہ لوگ ہوتے ہیں جن میں ذکاوت حس محدود پیمانے پر ہوتی ہے (۳) اور تیسرا درجہ باغیوں کا ہے۔ جو شعوری وغیر شعوری طور پر تنویمی ترغیبات کی شدید مزاحمت کرتے ہیں۔ یہ لوگ نہیں چاہتے کہ ان کی انانیت اور انا پر دوسروں کی ترغیب مؤثر ثابت ہو۔ اگر تنویم کار (ہپناٹسٹ) کو اپنے پر اعتماد اور مقصد میں خلوص ہو۔ اور وہ سرگرمی کے ساتھ اپنے فرائض انجام دے۔ تو باغی معمولوں کی سرکش انا کو بھی خوش اسلوبی کے ساتھ رام کیا جاسکتا ہے۔ آپ تنویمی عمل کے دوران معمول کی آنکھوں میں آنکھیں نہ ڈالیں۔ بلکہ اسکی ناک کی جڑ کو (ابروؤں کے درمیان) تکیں۔ اور متواتر ترغیبی فقروں کے ذریعہ مثلاً تمہیں نیند آرہی ہے۔ تمہارا جسم بھاری ہورہا ہے تم سونے والے ہو۔ اس پر غنودگی طاری کرنے کی کوشش کریں۔ ایسے واقعات بھی دیکھنے میں آتے ہیں کہ عامل تنویم نے معمول کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال دیں۔ اور خود اسکی آنکھوں کے اثر سے تنویم زدہ ہوگیا۔ یاد رکھیئے کہ تنویمی نیند

عام معنی میں نیند نہیں ہے۔ معمول پر جب تنویمی طاری ہوتی ہے تو وہ بے خبر اور انتا غفیل نہیں ہو جاتا۔ اسکی آنکھیں کھلی ہوتی ہیں۔ وہ چل پھر سکتا ہے۔ سوالات کے جوابات دے سکتا ہے تاہم وہ تنویمی نیند بس ہوتا ہے معمول اس کیفیت سے صرف اس وقت آزاد ہو سکتا ہے۔ جب عامل اس سے کہے کہ جاگ جاؤ! تنویم کاری کا ایک طریقہ یہ ہے کہ معمول کو اپنے سامنے کھڑا کر دیجئے۔ کہئے کہ آنکھیں بند کر لو۔ ہاتھ کی دو انگلیاں اسکی پیشانی پر رکھ دیجئے۔ اور اسے حکم دیجئے کہ وہ آنکھوں کی پتلیاں، ابروؤں کے درمیان پیشانی کے وسط میں جمائے، اور یہ تصور کرے کہ اپنے سر کی چوٹی کو دیکھ رہا ہے۔ اب آپ اسے تنویمی ترغیبات دینی شروع کیجئے۔ ایک ایک لفظ (بطور مثال، نیند گہری نیند، خوشگوار نیند کو بار بار اکتا دینے والی آواز میں دہرائیے، اکتا دینے والی آواز سننے والے کے دماغ کو تھکا دیتی ہے بس تنویمی نیند کی ابتدا ہو گئی۔ جگانے کی ترغیب اس طرح دی جاتی ہے کہ آپ معمول سے کہیں کہ میں ایک دو۔ تین چار پانچ کہتا ہوں۔ تم ان ہندسوں کو سُن کر رفتہ رفتہ جاگنے لگو گے۔ اور جب میں پانچ کہو گا۔ تو پوری طرح ہوش میں آ جاؤ گے۔ اور اپنے کو کافی تر و تازہ، ہشاش، بشاش اور ہلکا ہلکا محسوس کرو گے۔ اگر ترغیبات میں یہ الفاظ شامل نہ ہوں تو عین ممکن ہے کہ معمول جس وقت جاگے تو وہ تھکا ہوا اور دردِ سر میں مبتلا ہو۔ یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے کہ تنویمی ترغیبات معمول کے لاشعور کا جبری تقاضہ بن جاتی ہیں۔ اور وہ ان پر عمل کر کے رہتا ہے، فرض کیجئے کہ ترغیب پذیری کی شدید کیفیت میں آپ نے معمول کو یہ ترغیب دی کہ تم آج سے ایک ہفتے بعد دن کے ٹھیک ایک بجکر دس منٹ پر میرے دفتر میں آ ؤ گے۔

اور سب کے سامنے، خٹک ناچ کا تماشا کر دو گے۔ اور جاگنے کے بعد بھول جاؤ گے۔ کہ تمہیں بحالت تنویم کیا ترغیب دی گئی ہے۔ معمول حسب معمول خواب سے جاگتا ہے اور خواب کی ترغیبات کو قطعاً فراموش کر دیتا ہے۔ البتہ ایک ہفتہ کے بعد جوں جوں وقت مقررہ (دن کے ایک بجے دس منٹ) قریب آتا جاتا ہے اسکی بے چینی بڑھتی جاتی ہے وہ ٹہلتا ہے، ضبط کرتا ہے۔ حیران ہوتا ہے۔ اپنے پر خفا ہوتا ہے۔ مگر سب بے سود! اندر کا ایک پرزور تقاضا اسے مجبور کر رہا ہے کہ عامل کے دفتر میں جائے چنانچہ ایک نادیدہ قوت کشاں کشاں ٹھیک دن کے ایک بجکر دس منٹ پر اسے عامل کے دفتر میں لے جاتی ہے۔ اور وہ رقص کرنے لگتا ہے۔ (اسے ترغیب بعد از تنویم کہتے ہیں۔) نفسیاتی امراض اور عادات بد کا علاج اسی تکنیک سے کیا جاتا ہے۔ بہر صورت یہ یاد رکھیئے کہ لاشعوری تقاضے خود جبلت کا حصہ بن جاتے ہیں۔ اور کوئی طاقت معمول کو اس کی تعمیل سے باز نہیں رکھ سکتی۔ خواہ تنویمی حالت میں وہ عمل کیا جائے خواہ تنویم کے بعد! اگر دس آدمی بیٹھے ہوں اور آپ ان میں سے ایک کو "ہپناٹائزڈ" کر دیں تو باقی نو آدمی بہت آسانی سے تنویم کے اثر میں آ جائیں گے۔ سحر بیان خطیب، معجز نوا شاعر اور باکمال اداکار اپنی خطابت، شاعری، اور کمال فن سے ہزاروں، لاکھوں کے مجمع کو تنویم زدہ کر کے اس مجمع سے ہر کام لے سکتے ہیں۔ جب آپ معمول کی ناک کی جڑ پر نظریں جما کر اپنی ترغیبات کے ذریعہ اسے تنویمی حالت میں لے آئیں تو اس سے کہیں کہ وہ اپنی آنکھیں جھکا لے۔ وہ آنکھیں جھکانے کے باوجود یہ محسوس کرتا رہے گا کہ آپ اس کو تک رہے ہیں۔ اور وہ آپ کی

مقناطیسی نظروں کی گرفت میں ہے۔ حالانکہ آپ کی نظریں اس پر لگی ہوئی نہیں ہیں۔ ذہن نشین کر لیجئے کہ انسان کی جبلت میں بنیادی طور پر دو قسم کے خوف بیٹھے ہوئے ہیں۔ (۱) گرنے کا خوف اور (۲) شور و غل سے ڈرنا! نوع انسانی کے آباء و اجداد کی زندگی خوف لی انہی دو صورتوں کی چھاؤں میں بسر ہوتی رہی ہے۔ طرح طرح کے خوف اسی بنیادی جبلت سے پیدا ہوتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ عالم جذبات میں کس طرح انسان کا جسمانی نظام ذہن کا تاثر قبول کرتا ہے۔ مثلاً خوف میں لرزنے لگنا، چہرہ زرد پڑ جانا۔ شرم سے منہ لال اور غصے میں آگ بھبوکا ہو جانا۔ اس قسم کے بے قابو جذبات کو تنویمی عمل کے ذریعہ فرمانبردار بنایا جا سکتا ہے۔ مختصراً یہ کہ تنویم کاری کے چند اصول خصوصیت کے ساتھ قابل لحاظ اور قابل عمل ہیں۔ (۱) معمول پر تنویمی کیفیت پیدا کرنے کے لئے ترغیبی فقروں کو بے حد دہرایا جائے۔ (۲) یہ ترغیبیں حسب ضرورت اور موقع کی مناسبت کے پیش نظر اکتا دینے والی اور تھکا دینے والی آواز میں دہرائی جائیں۔ (۳) لیکن بعض معمول تکان پیدا کر دینے والے لہجہ سے بیزار ہو جاتے ہیں۔ انہیں نرم و شیریں اور دلنشین لہجے میں سو جانے کی ترغیب دی جائے۔ (۴) بعض معمول ہلکے سُروں والی موسیقی سے غنودگی کے عالم میں آجاتے ہیں۔ انہیں ترغیبات دینے کے ساتھ اس قسم کی موسیقی کے ریکارڈ سنوانے جائیں (۵) تنویمی عمل کے لئے عامل اور معمول دونوں کے لئے کامل ذہنی اور جسمانی سکون ضروری ہے۔ (۶) تنویمی حالت میں معمول کا بے خبر اور غافل ہو جانا مفید نہیں۔ اسے دماغی طور پر فعّال اور بیدار رہنا چاہئیے

تاکہ ترغیبی فقروں کو قبول کر سکے۔ (۷) عامل تنویم کی نظر معمول کی ناک کی جڑ پر رہے۔ (۸) بیداری کی ترغیب میں ہدایت بھی شامل ہو کہ تم بیدار ہونے کے بعد اپنے کو شگفتہ اور بشاش محسوس کرو گے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ تنویمی نیند کے عالم میں معمول کو اس امر کا پابند کر دیں کہ وہ فلاں لفظ مثلاً سورج یا فلاں اشارے مثلاً کھانسنے کی آواز پر تنویمی حالت میں آجائے گا تو یقین کیجئے کہ جب بھی آپ اس کے سامنے سورج کا لفظ ادا کریں گے یا کوئی ایسا اشارہ کریں گے جس سے سورج کا مفہوم پیدا ہو یا سورج کی تصویر دکھائیں گے یا کھانسیں گے۔ اس پر تنویمی کیفیت طاری ہو جائے گی۔ انہیں "پوسٹ ہپناٹک سجیشنز" کہتے ہیں۔ یعنی وہ ہدایات و ترغیبات جن پر معمول کو مستقبل میں عارضی طور پر یا مستقلاً عمل کرنا ہو۔

الفاظ کا جادو

فارسی کا کیا دلکش اور دل کشا شعر یاد آیا؟

ہر کس نہ شناسندۂ راز است وگرنہ
ایں ہا ہمہ راز است کہ معلوم عوام است

یعنی ہر شخص قدرت اور کائنات کے بھیدوں سے واقف نہیں ورنہ حقیقت یہ ہے کہ عوام جن چیزوں کو بخوبی جانتے ہیں۔ وہ بھی "راز" ہیں۔ یعنی وہ بھی ایک بھید کی حیثیت رکھتی ہیں۔ مثلاً الفاظ! الفاظ ہمارے لئے ہوا اور غذا سے زیادہ قیمتی ہیں۔ اگر ہم سے "الفاظ" چھین لئے جائیں۔ تو ہم پتھر کے بت بن کر رہ جائیں۔ ہم ہر چیز کو استعمال کرنے سے قبل کوئی لفظ استعمال کرتے ہیں۔ جس چیز کو سوچ کہتے ہیں یا

وہ دراصل لفظ ہے لفظ کے بغیر ہم کسی چیز کو سوچ ہی نہیں سکتے۔ تو گویا لفظ حیات انسانی کا بنیادی مظہر اور اساسی اثاثہ ہے اس کے باوجود ہم پوری طرح الفاظ کے جادو سے واقف نہیں۔ صرف ایک لفظ ہمارے ذہن میں خیالات کے طویل سلسلوں اور جذبات کے نہ ختم ہونے والے رشتوں کو متحرک کر دیتا ہے۔ تنویم کاری کا پورا جادو لفظ کے سحر سے عبارت ہے۔ ترغیبات کیا ہیں۔ الفاظ! گویا یہ پورا کھیل لفظوں کا ہے۔ نسیم ایوب کراچی لکھتی ہیں کہ

میں آپ سے جتنی متاثر ہوتی ہوں۔ کبھی کسی سے نہیں ہوتی آپ کے مضامین کا مطالعہ بڑے شوق اور لگن سے کرتی ہوں روزنامہ جنگ (شمارہ ۱۳ اگست ۱۹۷۳ء) میں آپ کا ایک مضمون، "الفاظ کا جادو" نظر سے گزرا۔ پڑھا تو بہت دلچسپی سے مگر دماغ نے وہ سب کچھ ماننے سے انکار کر دیا۔ جس پر آپ نے اس مضمون میں بطور خاص زور دیا تھا۔ ۹ ستمبر ۱۹۷۳ء کے جنگ میں شوکت حسین نامی ایک بزرگ کا تجربہ نظر سے گزرا۔ آپ نے پیٹ کی بیماریوں پر بطور خاص زور دیتے ہوئے لکھا تھا کہ "امراض شکم کا براہِ راست تعلق ذہن سے ہوتا ہے۔ یہ اتنی جسمانی نہیں ہوتیں جتنی ذہنی اور نفسیاتی ہوتی ہیں"۔ میں ان دنوں پیٹ کی تکلیف میں مبتلا تھی اس تکلیف کو تین ماہ گزر گئے تھے۔ علاج برابر جاری تھا۔ مگر نہ کوئی فرق تھا نہ افاقہ! سخت پریشان تھی۔ پہلے ہی میرا وزن کم تھا اس تکلیف کے سبب وزن میں اور پانچ پونڈ کی کمی ہو گئی جب کہ میں ان دنوں بڑے شوق سے اپنا وزن بڑھانے میں مصروف تھی۔

کہ آخر آپ کے الفاظ ریپیٹ کی بیماریاں (اتنی جسمانی نہیں ہوتیں جتنی ذہنی ہوتی ہیں۔) نے مجھ پر جادو کا اثر کر دیا۔ اور میں نے اسی دن ساڑھے دس بجے رات سے یہ فقرہ دہرانا شروع کر دیا کہ میرا پیٹ ٹھیک ہو رہا ہے۔ اور میں صحت مند ہو رہی ہوں۔ یہ فقرہ میں نے اتنی بار دہرایا کہ سر میں درد ہونے لگا۔ پھر میں نے اپنے کو یہ ترغیب دینی شروع کی کہ "جب میں صبح اٹھوں گی تو پیٹ ٹھیک ہو چکا ہو گا۔" محترم رئیس صاحب آپ کو یہ سن کر حیرت ہو گی۔ کہ صبح جاگی تو پیٹ بالکل ٹھیک تھا، اف رے الفاظ کا جادو!

شمس الدین شمس (لائل پور) اپنے مکتوب ۵ جولائی ۷۳ء میں رقمطراز ہیں کہ

میرا معمول جماعت نہم کا ایک حساس طالب علم ہے۔ میں جب تنویمی اونگھ کے عالم میں اس سے سوال کرتا ہوں تو وہ بعض اوقات تو دور دراز کی اشیاء کے بارے میں صحیح صحیح کیفیت بتاتا ہے۔ اور بعض اوقات صحیح بتاتے بتاتے غلط گوئی پر اتر آتا ہے۔ رہنمائی فرمائیں کہ ایسا کیوں ہے؟ دوسرا مسئلہ جواب طلب یہ ہے کہ تنویم کاری کے عمل کے متعلق، ماہرین ہپناٹزم کی آراء میں اختلاف پایا جاتا ہے۔ بعض کہتے ہیں کہ معمول کی ناک کی جڑ (ابروؤں کے درمیان) گھورنا اور پاس کرنا کافی ہے اور بعض صرف "ترغیب" کو کافی سمجھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ترغیبی فقرہ مسلسل دہرانے سے بھی معمول پر غنودگی کی حالت طاری کی جا سکتی ہے میرا ذاتی تجربہ یہ ہے کہ جب تک معمول کی ناک کی جڑ پر توجہ نہ کروں وہ استغراق میں نہیں آتا۔ ہاں مجھے یہ بھی احساس ہوتا ہے کہ

جب میں معمول پر پلک جھپکائے بغیر نظریں جما دیتا ہوں تو آنکھوں سے روشنی کی شعاع سی نکلتی ہے۔ جیسے ایلکٹرونز دبرق پارے) بہہ رہے ہوں۔ جب وہ شعاعِ نور نکلتی ہے۔ تو گردوپیش اندھیرا چھا جاتا ہے۔ روشنی کی وہ لکیر اس نقطۂ توجہ پر پہونچکر ختم ہو جاتی ہے جس پر میری نگاہیں جمی ہوئی ہوتی ہیں۔ خیال یہ ہے کہ میری قوت ارادی شعاعِ نور کی صورت میں نکل کر معمول پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اور اس کے زیر اثر معمول عالم استغراق میں آجاتا ہے۔ لیکن اگر گھورنے اور پاس کرنے کے ساتھ اسے یہ ہدایت بھی دوں کہ تمہیں نیند آرہی ہے۔ تو اس پر تنویمی کیفیت طاری نہیں ہوتی۔ پھر ساری محنت اکارت ہو جاتی ہے۔ اس امر کی وضاحت ضروری ہے کہ جب تک میری آنکھوں سے روشنی کے دائرے نکل نکل کر اسکی پیشانی کی طرف جاتے ہیں۔ معمول کی کیفیت استغراق قائم رہتی ہے۔ اور جونہی روشنی کا اخراج بند ہو جاتا یعنی میرا ذہن تھک جاتا ہے۔ معمول تنویمی اثر سے آزاد ہو جاتا ہے۔ تیسری پیچیدگی یہ ہے۔ کہ اگر پاس کرتے وقت میرا سایہ معمول پر پڑ جائے تو عمل تنویم میں رکاوٹ پڑ جاتی ہے۔ اور معمول پر کوئی اثر نہیں ہوتا یعنی میری پرچھائیں تنویم کاری میں رکاوٹ بن جاتی ہے۔ پاس کرتے وقت ایک یہ حال ہے۔ کہ سارے جسم میں مسلسل سنسناہٹ ہوتی رہتی ہے خاص طور پر پاؤں اور ٹانگوں میں سنسنی کا احساس شدید ہوتا ہے ایک ہپناٹسٹ نے بتایا کہ یہ مقناطیسی قوت ہے۔ جو تمہاری رگ و پے میں دوڑ رہی ہے۔ البتہ ہاتھوں کی مٹھیاں بند کر لینے سے مقناطیسی قوت کا اخراج رک جاتا ہے۔ یہ بھی عرض ہے کہ میں اس مقناطیسی قوت سے

کام لے کر بہت سے چھوٹے چھوٹے علاج کر لیتا ہوں۔ شمس الدین شمس نے جس مقناطیسی قوت کا ذکر کیا ہے۔ یہ نہ صرف عمل تنویم (توجہ کو ایک نقطہ پر مرکوز کر دینے) سے پیدا ہوتی ہے بلکہ سانس کی مشقیں اور مراقبہ (ایک نقطہ پر تصور کا جماؤ) بھی اس قوت کی بیداری اور تحریک میں سرگرم حصہ لیتا ہے۔ کوئی سو فیصدی سائنسی ثبوت تو موجود نہیں البتہ ہر شخص کا مشاہدہ اور تجربہ یہ ہے کہ مضبوط ارادہ رکھنے والے انسانوں میں عجب قسم کی قوت مقناطیسی پائی جاتی ہے۔ بے تک ارتکاز توجہ (معمول کی پیشانی یا آنکھوں کو پلک جھپکائے بغیر گھورنا) کے سبب عامل تنویم کی آنکھوں سے قوت کی ایک لہر جاری ہوتی ہے۔ اور معمول پر اثر انداز ہوتی ہے۔ لیکن اگر عامل کا ارادہ کمزور اور وہ پس و پیش کے عالم میں مبتلا ہے۔ تو یا معمول پر تنویمی نیند طاری نہ ہوگی۔ یا بہت جلد ختم ہو جائے گی۔ شمس الدین اسی حالت سے دوچار ہیں۔ انھوں نے اپنی آنکھوں سے روشنی کے اخراج کا ذکر کیا ہے۔ یہ وہی روشنی ہے جو مقناطیسی کیفیت لئے ہوئے ہے۔ یوگ میں اس کو "کنڈالنی شکتی" کہا گیا ہے۔ شمس الدین شمس نے لکھا ہے کہ کبھی کبھی ان کا معمول دور دراز فاصلے پر رونما ہونے والے واقعات (اور اشیاء) کی صحیح طور پر تصویر کشی کر دیتا ہے۔ اور کبھی کبھی غلط بیانی پر اتر آتا ہے۔ یا سچ بولتے بولتے جھوٹ بولنے لگتا ہے۔ ایسا کیوں ہے۔ اس کا سبب یہ ہے کہ آدمی حالت تنویم میں ہو یا کامل بیداری کی حالت میں! وہ جب بھی کسی واقعہ کی تفصیل بیان کرتا ہے تو دانستہ نہیں، نادانستہ طور پر ہی سہی۔ خود بیان کرنے والے کے رجحانات، میلانات اور ذاتی تاثرات اصل واقعہ میں شامل ہو جاتے ہیں۔ بیان کا یہ

حصہ جو بیان کرنے والے کا ذہن اور تخیل حقیقت واقعہ میں شامل کر دیتا ہے۔) بدیہی طور پر غلط ہوتا ہے۔ بعض معمول اپنا بھرم قائم رکھنے اور عامل کو خوش کرنے کے لئے بعض پیچیدہ سوالات کے جوابات اپنی طرف سے گھڑ کر پیش کر دیتے ہیں۔ تاکہ عامل نے معمول پر جو بھروسہ کیا ہے وہ مجروح نہ ہو۔ اور اسے نالائق نہ قرار دے دیا جائے۔ اور پھر ذہن انسانی تو ڈرامہ ساز ہے ہی! خود تنویمی عمل بعض اعتبارات سے ڈرامہ سازی ہے۔ اس ڈرامے میں معمول بھی اپنے کردار کو اتنی ہی حیرت انگیز دلچسپی سے ادا کرتا ہے۔ جتنے تعجب ناک طریقے پر عامل اپنے فرائض انجام دیتا ہے۔ بہر حال یہ طے ہے کہ ایسے معاملات میں معمول یا روحانی وسیط (میڈیم جس کے ذریعہ ارواح کو طلب کر کے سوال جواب کئے جاتے ہیں۔) ڈرامہ ضرور کرتا ہے۔ عامل کو ان تمام نزاکتوں سے باخبر رہنا چاہیئے۔

بعض تنویم کار معمول کو حالت استغراق میں لا کر اسے حکم دیتے ہیں کہ فلاں شہر میں جا کر دیکھو کہ وہاں کیا ہو رہا ہے۔ یا فلاں شخص کیا کر رہا ہے۔ یا فلاں شئے کس حالت میں ہے؟ اور معمول اکثر مواقع پر دور دراز فاصلوں پر واقع ہونے والے واقعات اشخاص اور اشیاء کے بارے میں صحیح اور برجستہ معلومات بہم پہنچا دیتا ہے۔ اس غیر معمولی واقعہ (خارق العادات یا سپر نارمل)، کی تشریح کس طرح کی جائے گی؟ ایک نکتہ تو یہ ہے کہ" ذہن انسانی " لازمانی اور لامکانی" ہے۔ یعنی وہ بیک وقت ہر واقعہ سے جو پیش آچکا ہے۔ پیش آرہا ہے اور پیش آئے گا۔ یعنی ماضی حال و مستقبل سے خبردار ہے۔ اور اسی کے ساتھ اس لمحے ہر جگہ موجود ہے۔ خواہ وہ جگہ شمال میں واقع ہو یا جنوب میں۔ مغرب یا میں مشرق میں۔ مریخ میں ہو

یا زمین پر! انسانی ذہن نہ کسی فاصلے کا پابند ہے نہ مکان کا (کیونکہ قدرت کے یہ دونوں مظہر (مکان اور زمان) خود ذہن انسانی نے اپنی آسانی فہم و ادراک کے لئے فرض کرتے ہیں۔ دوسری توجیہہ یہ ہے کہ انسان کے خاکی جسم کے ساتھ ایک اور لطیف جسم نتھی ہوتا ہے۔ (کراچی کی متبذل اصطلاح میں گدھے کے ساتھ بیخ) جسے جسم مثالی یا جسم نورانی کہتے ہیں۔ نوری و خاکی اجسام ایک نقرئی رشتہ کے ذریعہ ایک دوسرے سے پیوستہ ہوتے ہیں۔ بیداری کے عالم میں شعور ان دونوں جسموں کو ایک دوسرے سے وابستہ رکھتا ہے البتہ جب دماغ پر نیند طاری ہوتی ہے تو جسم مثالی کو اس حد تک آزادی نصیب ہو جاتی ہے کہ وہ زمان و مکان میں جہاں جی چاہے سفر کر سکے۔ تاہم اس سفر میں بھی وہ نقرئی رشتہ دونوں جسموں کو ایک دوسرے سے الگ نہیں ہونے دیتا۔ یہ صرف مقراض اجل ہے۔ جو اس رشتہ کو قطع کر دیتی ہے۔ اور جسم خاکی خاک کی طرف اور جسم نوری عالم نور کی طرف محو سفر ہو جاتا ہے۔ پہنچی وہیں یہ خاک جہاں کا خمیر تھا! تنویمی نیند میں جب معمول کو حکم دیا جاتا ہے کہ وہ فلاں جگہ جا کر دیکھے کہ وہاں کیا ہو رہا ہے۔ تو جسم خاکی نہیں۔ (کیونکہ وہ تو بستر دراز ہوتا ہے) جسم نوری اس حکم کی تعمیل کرتا ہے مقصود احمد سیالکوٹ) رقمطراز ہیں کہ

معمول کی عمر تقریباً اکیس یا بائیس سال کی ہے گاؤں کا رہنے والا ہے۔ تقریباً آٹھویں جماعت تک پڑھا لکھا ہے۔ کچھ گھریلو مجبوریوں کی بنا پر ہمارے یہاں ملازم ہوا۔ اس کا نام محمد اقبال ہے۔ قوم راجپوت ہیں اسے صرف تین مرتبہ "ہپناٹائزڈ" کر سکا ہوں۔ تنویم کاری کا طریقہ وہ ہے جو آپ نے اپنی کتاب (ہپناٹزم جلد اول) میں لکھا ہے۔ میری زیر نگرانی

اس وقت تین چار لڑکے "التسخیر" (نقطہ بینی) کی مشق کر رہے ہیں۔ ان میں سے ایک کو "نقطے" (سیاہ دھبے) میں سے روشنی نکلتی نظر آتی ہے۔ اور سیاہ نقطہ رفتہ رفتہ جگمگانے لگتا ہے۔ بیچارے کو سخت گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ شدید گرمی لگتی ہے مگر حسب ہدایت نقطہ بینی (التسخیر) میں مصروف ہے۔ دوسرے صاحب بحالت استغراق کراچی کی سیر کر چکے ہیں۔ حالانکہ خواب تک کراچی نہیں گئے۔ میں نے کراچی کے بارے میں پانچ سوال پوچھے۔ بالکل صحیح جواب دیئے۔ تیسرے صاحب، "سیلف ہپناسز" (خود تنویمی) کی مشق کر رہے ہیں۔ اور ایک حد تک ان کے والد بھی، تنویم کاری سے واقف ہیں۔ اور یہ ان سے وقتاً فوقتاً ہدایت لیتا رہتا ہے۔ اول الذکر اور آخرالذکر کو ساتھ ساتھ "ہپناٹائزڈ" کر رہا ہوں۔ انہوں نے بہت سے مقامات کی سیر کی۔ مدینہ منورہ گئے روضۂ مبارک پر جا کر دعا مانگی۔ دیدار ہوا۔ پہلے فرمایا۔ چلا جا۔ پھر فرمایا۔ آجا۔ تھپکی دی۔ تین انگلیاں اوپر اٹھائیں۔ پھر فرمایا۔ "الظاہر و الباطن" سلام کر کے واپس آگئے پھر اجمیر شریف گئے۔ وہاں آداب بجا لائے۔ دیکھا کہ جنات قرآن خوانی کر رہے ہیں۔ ایسی خوشبو سونگھی جس سے آج تک واسطہ نہ پڑا تھا۔ اور بہت سے سوالات کئے گئے۔ جن کے جوابات حرف بہ حرف صحیح تھے پچھلے دنوں آخرالذکر معمول پر تنویمی نیند طاری کر کے آپ کے پاس بھیجا میں نے آپ کی تصویر اسے دکھائی۔ اور کہا کہ کراچی جا کر ان صاحب سے ملو) اس نے آپ سے عمل تنویم کی اجازت چاہی۔ تو آپ نے اسے دیدی!

یہ ہے مقصود احمد سیالکوٹ کا بیان! ان کے معمول کا یہ بیان کہ میں نے کراچی جا کر تمہیں امرو ہوی سے تنویمی عمل کی اجازت مانگی۔ اور انہوں

نے اجازت دیدی محض ڈرامہ سازی ہے۔ کیونکہ نہ میرے پاس کوئی آیا اور نہ میں نے کسی کو عمل تنویم کی اجازت دی! پاکستان میں ہپناٹزم ہنوز، جادو ٹونے اور سحر و ساحری کی زنجیر توہم سے آزاد نہیں ہوا۔ لیکن یورپ اور امریکہ میں اس فن کا باضابطہ مطالعہ اور تنویمی مظاہر کا سائنٹفک نقطۂ نظر سے تجزیہ کیا گیا ہے۔ اب تک ان موضوعات پر انگریزی، فرانسیسی، ہسپانوی اور جرمن زبان میں صدہا نہیں، ہزاروں مطالعہ افروز کتابیں طویل یادداشت اور بڑی محنت اور سخت احتیاط سے مرتب کی ہوئی رپورٹیں شائع کی جا چکی ہیں۔ اور حسب ذیل موضوعات سے سیر حاصل بحث کی گئی ہے۔

۱۔ فن تنویم کا تاریخی جائزہ
۲۔ تنویم کاری کیا ہے؟
۳۔ تنویم کاری کی تکنیک
۴۔ تنویمی مظاہر
۵۔ ترغیبات مابعد التنویم (پوسٹ ہپناٹک سجیشن)
۶۔ خود ترغیبی اور خود تنویمی
۷۔ دوہری شخصیت اور خود تنویمی
۸۔ روحیت سے تعلق رکھنے والے مظاہر
یا PSYCHIC PHENOMENA
۹۔ روشن ضمیری اور غیب دانی۔
۱۰۔ ٹیلی پیتھی (کسی مادی واسطے کے بغیر دو ذہنوں کا رابطہ)
۱۱۔ حاضرات ارواح اور تنویم
۱۲۔ تنویم اور تناسخ (آواگون)

۱۲۔ تنویم اور جرائم

آئیے اب مختصراً ان موضوعات پر علم و تحقیق کی روشنی میں گفتگو کریں!

تاریخی پس منظر

اگرچہ "ہپناٹزم" کی اصطلاح ۱۸۴۳ء میں ایجاد ہوئی ہے مگر تنویم کاری کا فن بجائے خود اتنا ہی قدیم ہے جتنا انسان اور اسکی معاشرتی تاریخ! قبل از تاریخ عہد کے جادوگر کاہن اور مذہبی رہنما اس فن سے بخوبی واقف تھے۔ اور وہ اپنی مذہبی اور معاشرتی رسموں میں کسی نہ کسی انداز سے تنویمی کمالات کا مظاہرہ کیا کرتے تھے۔ ابتدائی قبیلوں کی معجز نما شفا بخشی۔ مقدس نیند، پیش گوئیاں اور الہام سب اس قوت کے کرشمے تھے۔ برکوچک ہندوپاک کے یوگی اور فقیر اور ایران کے موبد (آتش پرستوں کے پیشوا) اپنے اوپر خود تنویمی کی کیفیت طاری کر لیتے تھے اور مریضوں کو شفا بخش دیتے تھے یوگیوں کی جھاڑ پھونک بھی درحقیقت ایک قسم کا تنویمی شعبدہ ہی تو ہے۔ پندرہ سو سال قبل مسیح (ساڑھے تین ہزار سال پہلے) مصری کاہن ہاتھ کے پاس (ہاتھ پھیرنا) کے ذریعہ جسم کے ماؤف اعضا پر ہاتھ پھیر کر زندگی پیدا کر دیتے تھے۔ عبرانی اور مسیحی معالج بھی ہپناٹزم کے ذریعہ لوگوں کا علاج کرتے تھے۔ اور مصری مندروں میں تنویمی طریق علاج عام تھا۔ اور یونان و روم کے مذہبی پیشوا بھی اس طریق شفا بخشی سے ناواقف نہ تھے یعنی یہ مریض کو تنویمی نیند کے عالم میں لا کر اسے شفایابی کی ہدایت دیتے۔ اور مریض بھلا چنگا ہو جاتا۔ بابائے طب بقراط کا قول ہے کہ جب میں اپنے مریض کے جسم کو سہلاتا ہوں تو مجھے ایسا

لگتا ہے۔ کہ گویا میرے ہاتھوں سے کوئی نادیدہ پراسرار طاقت نکل کر مریض کے جسم میں داخل ہو رہی ہے اور اسکے جسم کے بیمار حصے از سرِ نو تر و تازہ ہو رہے ہیں۔ بقراط کے قول کی روشنی میں کہا جا سکتا ہے کہ جس طرح متعدی بیماریاں ایک جسم سے دوسرے جسم میں نفوذ کر جاتی ہے۔ اسی طرح روحِ حیات اور صحت و توانائی کی لہریں بھی ہاتھ کی انگلیوں کے تماس یعنی چھونے سے دوسرے مریض کے جسم میں داخل ہو کر اسے شفا بخش دیتی ہیں ملحد سائنسدانوں نے تو خود حضرت مسیح علیہ السلام تک کے معجزات شفا بخشی کو تنویمی اثرات پر محمول کیا ہے۔ کیا خوب؟

ناوک نے تیرے صید نہ چھوڑا زمانے میں
تڑپے ہے مرغ قبلہ نما آشیانے میں

شیخ الرئیس بوعلی سینا[رح] کا تجربہ ہے کہ ذہن پوری قوت کے ساتھ جسم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ نہ صرف اپنے جسم پر بلکہ دوسرے اجسام بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ چاہے وہ کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہوں۔ شیخ الرئیس کے الفاظ میں اس قوت کے استعمال سے نہ صرف دوسروں کو شفا بخشی جا سکتی ہے۔ بلکہ انہیں بیمار بھی ڈالا جا سکتا ہے ایک اور فلاسفر (POMPONATUS) بوعلی سینا کے قول کی تائید مزید کرتے ہوئے لکھتا ہے کہ وہ قوت جو مریضوں کو شفا بخشتی ہے صرف تصور اور ارادے کی قوت ہے چھٹی صدی عیسوی میں پرسی لس (PERACELSUS) پر محض اس لیے کلیسا نے مقدمہ چلایا کہ وہ اصرار کرتا تھا کہ امراض اور صحت صرف ذہن کا کرشمہ ہے۔ اور یہ کہ ذہنی قوت اچھے بھلے آدمی کو بیمار اور مرتے ہوئے کو صحت بخش سکتی ہے۔ اگرچہ اہلِ کلیسا خود بیماروں کے علاج میں اس نظریہ

اور طریقے پر عمل کرتے تھے۔ تاہم انہیں پسند نہ تھا کہ کلیسائی حلقے سے باہر کوئی شخص روحانی علاج کا دعوےٰ کر سکے۔ صدیوں تک انگلستان اور فرانس کے بادشاہوں کو خدائی طاقت کا دعویٰ رہا۔ لوگوں کا عقیدہ یہ تھا کہ اگر بادشاہ اپنے دست مبارک سے انھیں چھو لے۔ تو وہ صحت یاب ہو جائیں گے۔ اسے وہ "رائل ٹچ" کہتے تھے اور "رائل ٹچ" کی تقریب کے موقع پر شاندار مذہبی رسمیں ادا کی جاتی تھیں۔ تاریخی واقعہ ہے کہ ڈاکٹر جانسن کو اس غرض سے لندن لایا گیا کہ ملکہ عالیہ انھیں چھو کر صحت یاب کریں سنہ ۱۶۶۰ء میں آئرلینڈ کا ولنٹائن گریٹ ریکس ایک مشہور روحانی معالج تھا اس کا بیان ہے کہ امراض خبیث روحیں پیدا کرتی ہیں اور یہ کہ خدا نے اسے یہ قوت دی ہے کہ وہ ارواح خبیثہ کو ہرا کر مریضوں کو شفا بخش سکے۔ وہ مریضوں کے جسموں پر "پاس" کرتا تھا۔ کہا جاسکتا ہے کہ اس نے "پاس" کے ذریعہ ہزاروں بیماروں کو تندرست کر دیا۔ اس عہد کے مشہور سائنس دانوں خصوصاً رابرٹ بوائل نے ولنٹائن گریٹ ریکس کا امتحان لیا۔ اسکے مریضوں کا معائنہ کیا۔ اور گریٹ ریکس کے دعوے کی (کہ خدا نے اسے شفا بخشی کی قوت دی ہے) تصدیق کردی۔ اٹھارویں صدی کے وسط میں ایک پادری "جان گیسنر" نے اس طریق علاج کا دعوےٰ کیا۔ وہ بھی گریٹ ریکس کی طرح۔ روحانی شفا بخشی کا مدعی تھا اور وہی طریقے اختیار کرتا تھا جو اس سے قبل در اصل تنویمی عامل اور بظاہر روحانی معالج استعمال کرتے ہیں۔ جان گیسنر کا بیان تھا کہ آسیبی اثرات کے سبب بیماری پیدا ہوتی ہے۔ اسکی منتر خوانی سے خبیث روحیں بھاگ جاتی ہیں۔ اور بیمار تندرست ہو جاتا ہے۔ اس طریقے سے جان گیسنر نے دس ہزار

سے زیادہ بیماروں کو شفا بخشی! گیسنر کا خیال تھا کہ اسکی ذہنی قوت مریضوں کے اعصابی نظام پر اثر انداز ہو کر انہیں صحت بخش دیتی ہے۔ اٹھارویں صدی کے آخر میں وان ہملٹن نے اس موضوع پر سنجیدہ تحقیقات شروع کی اور اس نتیجے پر پہنچا کہ انسانی جسم سے ایک حیات بخش سیال مادہ نکلتا ہے اور وہ قوت ارادہ کی مدد سے مرض کا قلع قمع کر دیتا ہے۔ وان ہملٹن کا بیان ہے۔ کہ یہ حیرت انگیز معجز نما مادّہ ہر جگہ موجود اور کارفرما ہے۔ البتہ وہ لوگ جو نئی دریافت کو شیطان کی طرف منسوب کر دیتے ہیں۔ وہ اس کی قوت کو سمجھنے سے قاصر رہتے ہیں۔ ایک سو برس تک پھر تحقیقات کا سلسلہ بند ہو گیا۔ البتہ مئی ۱۷۷۴ء میں ایک ایسا واقعہ نمودار ہوا۔ جس نے اس پُر اسرار طریق علاج کے بارے میں ایک سائنسی نظریہ اختراع کیا۔ اور MESMERISM کے نام سے ایک نئی سائنس وجود میں آگئی۔ اگرچہ مسمر کو ایک جیسوئیٹ اسکول میں پادری بننے کی تعلیم دی گئی تھی۔ مگر ابتدا ہی سے اس کا رجحان، ریاضیات، طبعیات اور علم ہیئت و نجوم کی طرف تھا۔ اس رجحان کی بنا پر مسمر طب کی طرف رجوع ہو گیا۔ اور آخر اس نے ویانا (آسٹریا) کے طبی مدرسے (میڈیکل اسکول) سے طب کی سند حاصل کر لی۔ ۱۷۶۵ء میں فرانز انٹون مسمر کو اس کے مقالے DE PLANETARIUM INFLUX پر ڈاکٹری کی ڈگری ملی اس مقالے میں یہ دعوے کیا گیا تھا کہ کائنات میں ایک سیّال مقناطیسی مادہ پھیلا ہوا ہے۔ جو ذہن اور جسم دونوں پر اثر انداز ہوتا ہے۔ اگر جسم انسانی میں اس مادے کا توازن بگڑ جاتے تو آدمی بیمار پڑ جاتا ہے۔ مسمر کے اس نظریہ نے طبی اور علمی حلقوں میں بڑی دلچسپی پیدا کر دی۔ اور جیسوئٹ فرقے کا

ایک پادری (HEHL) جو ویانا یونیورسٹی میں استاد شعبہ نجوم، ہونے کے علاوہ ملکہ میریا تھریسا کا درباری منجم بھی تھا۔ مسمر کے خیالات و بیانات سے مسحور ہو گیا اس پادری کا خیال تھا کہ اس مقناطیسی قوت کو شفا کے امراض کے لئے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ نیز یہ کہ اگر انسانی جسم کے مختلف اعضا کی شکل (مثلاً ہاتھ پاؤں وغیرہ) کے مقناطیسی اجزا بنائے جائیں تو وہ مقناطیسی اجزا اپنے ہم شکل اعضا کو معجز نما طریقے پر شفا بخش دیتے ہیں۔ چنانچہ پادری نے چند مقناطیسی ٹکڑے مسمر کو دیئے اور مسمر نے اسکی مدد سے اپنے ایک مریض کا ایسا معجز نما علاج کیا کہ اسے خود اپنے اس نظریے کی صداقت کا یقین ہو گیا کہ کائنات میں جو مقناطیسی توانائی پھیلی ہوئی ہے اس کے ذریعہ مریضوں کو شفا بخشی جا سکتی ہے۔ بعد ازاں انٹن مسمر پر انکشاف ہوا کہ شفا بخشی کے سلسلے میں مریض کے جسم پر ہاتھوں سے پاس کرنا بھی اتنا ہی مفید ہے جتنا مقناطیس کا استعمال (چنانچہ اس نے "حیوانی مقناطیس" کا نظریہ پیش کیا۔ اور دعویٰ کیا کہ وہ اپنے ہاتھ کے پاس سے مریض کے جسم میں اس مقناطیسی توانائی کو جو رفع امراض کا سبب ہے۔ داخل کر کے بیماریوں کو بخس نخس کر سکتا ہے۔ یہی نہیں بلکہ ہر جاندار شئے کو چھو کر اسے "مقنایا" (یعنی مقناطیس زدہ) کیا جا سکتا ہے۔ اور اس مقنائی ہوئی چیز سے جس مریض کو چھوا جائے گا۔ وہ مقناطیسی اثر سے شفایاب ہو جائے گا۔ سر ولیم ہیرٹ نے حیوانی مقناطیسیت کے اس دعوے پر تنقید کرتے ہوئے کہا ہے کہ ہمیں نہیں معلوم کہ انسانی جسم اور ذی حیات اشیاء سے کوئی شفا بخشی برقی رو نکلتی ہے یا نہیں، البتہ یہ صحیح ہے کہ اس کا، مقناطیسی توانائی سے کوئی تعلق نہیں، مقناطیسی توانائی یقینی طور پر طبی سائنس کا ایک مسلمہ ہے۔ با ایں ہمہ مسمر آج بھی اپنے

نظریہ کے ساتھ ہر جگہ نظر آتا ہے ڈاکٹر مسمر نے بہت جلد شفائے امراض کے میدان میں شہرت حاصل کر لی۔ اور اس نے جب میونخ اکاڈمی آف سائنس کے فالج زدہ ڈائرکٹر کو اپنے علاج سے اچھا کر دیا تو اس کی شہرت نقطۂ عروج کو چھونے لگی۔ پھر اس نے ایک دوسرے پروفیسر کی کمزور بینائی کو بحال کر دیا۔ مگر حسد سے اسے کمال ہنر ہے کیا کہیے" خود مسمر کے رفقائے کار اس کے مخالف ہو گئے۔ اور انھوں نے ان نظریات کا بے تحاشا مذاق اڑایا۔ اور حکومت کو مجبور کیا کہ وہ اس طریقۂ علاج پر پابندیاں عائد کرے مسمر دل تنگ اور دل برداشتہ ہو گیا۔ اور وہاں سے پیرس چلا گیا۔ اور وہاں بھی جلد ہی مرجع خلائق بن گیا۔ اور اسکے مقناطیسی طریقۂ علاج نے اتنی کامیابی حاصل کی کہ بہت جلد پیرس اور ملک کے دوسرے حصوں میں ہزاروں مقناطیسی کلب اور مقناطیسی سوسائٹیاں وجود میں آگئیں مسمر ایک دیانتدار اور مخلص انسان تھا۔ بحث یہ نہیں کہ اسکا نظریہ سائنسی اعتبار سے غلط تھا یا صحیح۔ وہ عمر بھر اس بات کی کوشش کرتا رہا۔ کہ علمی حلقے مسمر کے طریقۂ علاج کا سائنسی مطالعہ کر کے کوئی رائے قائم کرے آخر مسمر کے مخالفین کی کوشش سے ایک تحقیقاتی کمیشن مقرر ہوا۔ اس نے مسمر کو اپنے طریق کار کا مظاہرہ کرنے کی اجازت نہیں دی بلکہ دوسرے لوگوں کی رپورٹس اور بیانات کی روشنی میں ایک رپورٹ مرتب کر کے مسمر کے دعوے کو غلط قرار دیدیا۔ حیرت ناک امر یہ ہے کہ یہ کمیشن فرانس کے بادشاہ (KING LOUIS XVI) کے حکم سے قائم کیا گیا تھا اور بادشاہ خود "رائل ٹچ" کے ذریعہ ہزاروں مریضوں کا علاج کر چکا تھا جن میں صرف پانچ شفایاب ہوئے تھے۔ فرانسیسیوں کے طرز عمل سے

مایوس ہو کر مسمر CONSTANCE چلا آیا۔ جہاں وہ زندگی بھر غریبوں کا علاج کرتا رہا۔ مسمر کی شہرت سن کر پروشیا کے تاجدار نے اسے برلن طلب کیا۔ مگر حرماں زدہ مسمر نے شاہی دعوت قبول کرنے سے انکار کر دیا۔ تب شاہ پروشیا نے مشہور ڈاکٹر کارل والفرٹ کو مسمر کے پاس بھیجا تاکہ وہ مسمریزم کی باضابطہ تربیت حاصل کرے۔ بعد کو ڈاکٹر کارل والفرٹ کو برلن اکاڈمی میں فنِ مسمریزم کا استاد مقرر کیا گیا۔ اور اسی کی زیرِ نگرانی ایک "مقناطیسی" شفاخانہ قائم کیا گیا۔ جس میں یورپ کے مشہور ڈاکٹر آ کر اس نئی سائنس کی تعلیم و تربیت حاصل کرتے تھے۔ مسمر کا انتقال ۵ مارچ ۱۸۱۵ء ایک سو پانسٹھ سال قبل کو ہو گیا۔ لیکن اس نے جس پرانے طریقِ علاج کو نئے انداز اور نئے نظریات کے ساتھ فروغ دیا تھا۔ اس کی چمک دمک ماند نہیں پڑی۔ مسمر کے شاگرد MARBUIS . DE PUYSEGUR نے مسمریزم کو مزید سائنسی انداز نظر بخشا۔ اسکے استاد کا خیال تھا کہ علاج کرتے وقت جب تک مریض پر بحرانی یا اعضا میں اینٹھن کی کیفیت طاری نہ ہو۔ شفا کا حصول ممکن نہیں۔ مگر مارکوئیس کے خیال میں گہری نیند یا بے خودی کی کیفیت شفایابی کے لئے کافی تھی اور یہ کہ مریض پر نیم خوابی کی کیفیت اس کے عقیدے اور ارادے سے طاری ہو جاتی ہے۔ یہ ایک قسم کی مصنوعی نیند ہے۔ اور اس حالت میں معمول یا مریض کے تصورات و اعمال کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔ نیز یہ کہ مصنوعی نیند ختم ہو جانے کے بعد مریض کو قطعاً یاد نہیں رہتا کہ دوران خواب اس نے کیا کہا اور کیا سنا تھا۔ اس زمانے میں پرتگال کے ایک راہب ABBE FARIA نے ہندوستان کا سفر کیا اور وہاں سے یہ سبق سیکھ کر آیا کہ کس طرح کسی شخص پر پلک جھپکائے بغیر

نظریں جانے سے لیے ملایا جاتا ہے۔ اس راہب نے یہ بھی اعلان کیا کہ معمول پر بے خودی کی جو کیفیت طاری ہوتی ہے۔ اس کا سبب کوئی "مقناطیسی سیال" نہیں، جو عامل کے جسم سے نکل کر معمول کے جسم میں داخل ہو جاتا ہے۔ بلکہ خود ترغیبی یا معمول کے نفس میں ایک داخلی تحریک ہوتی ہے۔ جسکی بناء پر اس کا شعور معطل ہو جاتا ہے!

یہ "مسمریزم" یا "حیوانی مقناطیسیت کی ترقی و توسیع کا خاص زمانہ تھا۔ اور لوگ بہزار ذوق و شوق اس نئے طریق علاج کو سیکھ رہے تھے چنانچہ جرمنی میں دینیات کے طلبہ کو ہدایت کی گئی۔ کہ وہ بھی شفا بخشی کے اس طریقے کی تعلیم حاصل کریں۔ مگر مسمریزم کی یہی قبولیت عامہ انجام کار اس کے فروغ میں حائل ہو گئی۔ کیونکہ ہزاروں جعلی معالج ماہرین مسمریزم بن کر میدان میں آ گئے تھے۔ اس صورتحال نے سائنٹفک انداز فکر رکھنے والے معالجین کو اس طریق علاج کی طرف سے مایوس کر دیا۔ ۱۸۲۰ء میں فرانس کے مشہور ڈاکٹر الیکزینڈر برٹرانڈ نے ایک مضمون میں یہ نظریہ پیش کیا کہ حیوانی مقناطیسیت اور "سیال توانائی" کے تمام نظریات غیر علمی ہیں۔ یہ صرف ترغیب کی قوت ہے۔ جو معمول پر مصنوعی نیند طاری کر دیتی ہے۔ اور ترغیب ہی کے ذریعہ معمول کے اعضا کو بے حس بنایا جا سکتا ہے۔ تاکہ وہ کسی درد و کرب کو محسوس نہ کرے۔ ڈاکٹر الیکزینڈر برٹرانڈ نے یہ بھی دیکھا عامل و معمول کے درمیان ایک مخفی رابطہ قائم ہو جاتا ہے۔ اور یہ کہ بعض حالات میں ترغیبی عمل کے ذریعہ معمول کے اندر کشف اور روشن ضمیری کی صلاحیت کارفرما ہو جاتی ہے۔ الیکزینڈر برٹرانڈ نے یہ بھی مشاہدہ کیا کہ عامل کا تصور اسکے لفظی حکم کے بجائے

معمول پر زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔ چنانچہ ایک مرتبہ اس نے دل ہی کچھ اور خیال قائم کیا اور معمول کو الفاظ کے ذریعہ کچھ اور ترغیب دی تو معمول نے لفظی ترغیب پر عمل کرنے کے بجائے اس حکم پر عمل کیا جو عامل نے الفاظ کے ذریعہ ادا نہیں کیا تھا۔ بیرن ڈی پوٹر نے فرنچ اکاڈیمی کے روبرو بغیر درد عمل جراحی کا تجربہ کیا۔ اور یہ بھی ثبوت دیا کہ معمول کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہو۔ اسے صرف قوت ارادہ سے "مسمرائزڈ" کیا جا سکتا یعنی اس پر تنویمی نیند طاری کی جا سکتی ہے، فرنچ اکاڈیمی کے علما بیرن ڈی پوٹر کے تجربہ سے بے حد متاثر ہوئے۔ اور انہوں نے مسمریزم کے بارے میں ایک ہمدردانہ رپورٹ شائع کی۔ اس رپورٹ نے ایک مرتبہ پھر مسمریزم کے طریق علاج کی ضائع شدہ ساکھ کو بحال کر دیا۔ ۱۸۳۷ء میں بیرن ڈی پوٹر نے انگلستان کا سفر کیا۔ اور انگریز ڈاکٹروں کو اس نئے طریق علاج کی خوبیاں سمجھائیں۔ مشہور برطانوی سرجن جان ایلیٹ سن (JOHN ELLIOTSON) ان بیانات سے بے حد متاثر ہوا۔ اور اس نے یونیورسٹی کالج میں مسمریزم کے ذریعہ کامیاب علاج کے کئی تجربے کئے۔ ایلیٹ سن نے مسمریزم کو اعصابی امراض کے علاج اور تخدیر (اعضا کو سن اور بے حس کر دینا) کے سلسلے میں بیحد مفید پایا۔ لیکن انگلستان کا طبی حلقہ اس پُراسرار طریق علاج کو تسلیم کرنے پر تیار نہ تھا۔ چنانچہ ڈاکٹر ایلیٹ سن نے عاجز آ کر بطور احتجاج یونیورسٹی کالج اور اس کے ہسپتال سے استعفیٰ دیدیا۔ آخر ایلیٹ سن نے اپنا ہسپتال الگ قائم کر کے تنویمی طریقہ علاج کو رواج دینے پر اپنی ساری کوششیں مرکوز کر دیں۔ اس زمانے میں مسمریزم کی نظریات کی تبلیغ کے لئے ایک

رسالہ ZOIST کا اجرا کیا گیا جس میں خوب ذیل موضوعات پر خصوصیت کے ساتھ بحث کی جاتی تھی مسمریزم کے اعلیٰ مظاہر۔ مسمریزم اور روشن ضمیری بعید ترین فاصلوں پر مسمریزم کے ذریعہ اثر اندازی۔ مسمریزم کے ذریعہ کشف القلوب (تھاٹس ریڈنگ) ایلیٹ سن نے اس موضوع پر جو لٹریچر مرتب کیا تھا۔ اس سے کلکتے میں ڈاکٹر جیمس (ESDAILE) بے حد متاثر ہوئے اور انھوں نے نئے طریق علاج کے مطابق مریضوں کے ماؤف اعضا کو سن کر کے سینکڑوں کامیاب عمل جراحی کیے۔ جس کے حیرت انگیز نتائج برآمد ہوتے۔ یعنی عملیات جراحی میں ہلاکت کی شرح دس فیصد کم ہو گئی۔ با ایں ہمہ پیشہ ور معالجین نے جیمس ایسڈیل کو بھی نہ بخشا اور طبی رسالے LANCET نے مسمریزم اور اسکے معتقدین کا مذاق اڑانے میں کسی پس وپیش سے کام نہ لیا۔ لین سیٹ (رسالہ) کے الفاظ میں "یہ ایک چار سو بیسی کا کاروبار ہے۔ جس سے آتائی اور اناڑی حکیم جاہلوں کو احمق بناتے ہیں۔ سوئٹزرلینڈ کے ایک ماہر مسمریزم (LAFONTAINE) کو اٹلی میں اس بنا پر گرفتار کر لیا گیا۔ کہ یہ جادو نما طریقہ علاج۔ حضرت عیسیٰ کے اعجاز شفا بخشی کی عیارانہ نقل ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ پیشہ ور ڈاکٹروں کی طرح اس زمانے میں کلیسائی حلقہ بھی مسمریزم کی مخالفت میں پیش پیش تھا۔ آخر بیچارے معالج کو اس وعدے پر رہائی نصیب ہوئی کہ " آئندہ (مسمریزم) کے ذریعے) نہ وہ کسی اندھے کو بینائی بخشے گا نہ کسی بہرے کی سماعت بحال کرے گا۔ ۱۸۴۱ء میں لوفن ٹائن (سوئٹزرلینڈ کے ماہر مسمریزم نے انگلستان کا دورہ کیا۔ اور برسرعام اپنے کمال فن کے مظاہرے کئے۔ ان مظاہروں نے مانچسٹر کے ممتاز سرجن" جیمز بریڈ"

کو حیرت زدہ کر دیا۔ جیمس بریڈ اس ارادے سے لوفن ٹائن کے جلسوں میں شریک ہوا تھا۔ کہ وہ فریب اور فراڈ کے اس کاروبار کا پردہ چاک کرے اور خلق خدا کو اس ٹھگی سے نجات دلائے۔ جیمس بریڈ مسمریزم کے مظاہر کی صداقت پر تو یقین رکھتا تھا۔ لیکن مسمر کے نظریات (حیوانی مقناطیسیت اور سیّال شفابخش مادہ) کا منکر تھا۔

کلوروفارم کی ایجاد

جیمس بریڈ نے بذات خود مسمریزمی طریق علاج کے متعدد تجربے کئے۔ ان تجربات سے اسے معلوم ہوا کہ معمول پر جو کیفیت طاری ہوتی ہے۔ اور اسکی شفایابی جس قوت کا کرشمہ ہے وہ درحقیقت ایک باطنی حالت ہے۔ جو ترغیب سے انسان کے اندر پیدا کی جاسکتی ہے اور یہ کہ ان مظاہر کا کوئی تعلق کسی مقناطیسی توانائی سے نہیں ہے۔ مسمریزم کی اصطلاح بعض حضرات کے لئے ناگوار تھی۔ جیمس بریڈ نے ہپناٹزم کی اصطلاح ایجاد کی۔ (یونانی زبان میں نیند کو HYPNOS کہتے ہیں) جیمس بریڈ کا خیال تھا کہ معمول پر جو حالت بے خودی طاری ہوتی ہے وہ ایک قسم کی نیند ہے لیکن بعد کو اس نے اپنی رائے اور ہپناٹزم کی اصطلاح تبدیل کرنی چاہیے۔ مگر وہ ناکام رہا۔ شروع میں اس کا قاعدہ یہ تھا کہ وہ معمول کو ہدایت طاری کر دیتا تھا کہ وہ کسی چمکدار چیز پر نظریں مرکوز کردے اور پھر اسے سونے کی ترغیبات دیتا تھا۔ لیکن ایک مرتبہ کسی اندھے مریض سے اس کا سابقہ پڑ گیا۔ ظاہر ہے کہ اس معاملے میں نظریں جما دینے کا سوال ہی نہ تھا۔ ڈاکٹر جیمس بریڈ نے صرف لفظی

ترغیبات کے ذریعہ اس نابینا مریض پر تنویمی نیند طاری کر کے ثابت کر دیا
کہ بیپ ناسز یا تنویمی نیند کے لئے کسی چمکدار چیز پر نظر بس مرکوز کر دینا
ضروری نہیں۔ ۱۸۴۸ء میں ڈاکٹر بریڈ نے کوشش کی کہ وہ برطانوی
انجمن ترقی سائینس کے طبی شعبے کے اجلاس میں "تنویم کاری" پر مقالہ پڑھے
لیکن انجمن کے عہدے داروں نے حقارت کے ساتھ اس پیش کش کو ٹھکرا
دیا۔ جمیس دل شکستہ نہ ہوا۔ اس نے بعض علمدوست ڈاکٹروں کو مدعو کر کے
تنویم کاری پر اپنا مقالہ پڑھا۔ جس طرح ڈاکٹروں کی اکثریت جمیس بریڈ
کے ہپناٹزم کی مخالف تھی۔ اسی طرح ڈاکٹر فرانز آنٹن مسمر کے معتقدین کا
ایک گروہ بھی جمیس کے بیانات کی شدومد سے تردید کرنے میں پیش پیش
تھا۔ ان منکرین میں بیرن وان ریخن باخ (REICHCN BACH)
پیش پیش تھے ان کا خیال تھا کہ بلور کی بعض اقسام۔ نیز مقناطیسی اشیا
اور انسانی اجسام میں ایک حیرت انگیز قوت (جسے اس نے ODYLIC -
FORCE - کا نام دیا تھا۔) پیدا ہو جاتی ہے۔ یہی قوت حیرت انگیز
کرشموں کا سبب ہے۔ ریخن باخ کا یہ دعویٰ بھی تھا کہ بعض شدید الاحساس
لوگ اندھیرے میں ایک خاص قسم کی روشنی کو دیکھ سکتے ہیں۔ جو مقناطیس
سے نکلتی ہے۔ ۱۸۴۷ء میں کلوروفارم نامی بیہوشی کی دوا ایجاد ہوئی
اور اس دوا کی ایجاد نے ہپناٹزم کی ترویج کو شدید نقصان پہنچایا، کیوں
کہ اب تک لوگوں کو بیہوش کرنے کے لئے تنویمی ترغیبات استعمال کی جاتی
تھیں۔ اور ظاہر ہے کہ یہ ایک پیچیدہ عمل تھا۔ کلوروفارم کی ایجاد اور
عام استعمال نے کم سے کم انگلستان میں تو تنویم کاری کی تحریک کو قریب
قریب معطل کر دیا۔ البتہ براعظم یورپ میں ہپناٹزم کا رواج ترقی پذیر تھا

فرانس میں نانسی (NANCY) اسکول کے دو اساتذہ لیوبالٹ اور برن ہیم نے متعدد تجربات سے ثابت کر دکھایا کہ تنویمی مظاہر کی اصل نفسیاتی ہے اس زمانے میں تنویم کاری کا فن مختلف مراحل سے گزرتا رہا۔ تا آنکہ ۱۸۸۲ء میں انگلستان میں تحقیقات نفسی کا مشہور ادارہ SOCIETY FOR THE PSYCHICAL RESERCH (S.P.R) قائم ہوا اس میں اپنے وقت کی بعض مشاہیر علما شریک تھے۔ اس ادارہ کے دائرہ کار میں ان تمام مظاہر اور واقعات کی تحقیق شامل تھی جنہیں خارق العادات تصور کیا جاتا ہے مثلاً مسمریزم حاضرات ارواح، ٹیلی پیتھی اور کشف وغیرہ اس ادارے کے ارباب تحقیق نے سب سے پہلے "ہپناٹزم" کے مظاہر PHENOMENA پر اپنی توجہ مبذول کی۔ اس سلسلے میں ایف ڈبلو میرس اور ایڈمنڈ گرنی کے کارنامے قابل ذکر ہیں۔ ایڈمنڈ گرنی (GURNEY) کے کام پر شروع شروع میں بے اعتنائی کا اظہار کیا گیا۔ مگر کسے معلوم تھا کہ اس شخص نے تنویم کاری پر جو تحقیقی مواد جمع کر دیا ہے۔ وہ آئندہ چل کر غیر معتدل ذہنی کیفیات (ایب نارمل مینٹل اسٹیٹ) کی نفسیات کی بنیاد بن جائے گا گرنی کی فراہم کردہ شہادتوں سے فریڈرک مائرس MYERS نے جو نظریات اخذ کئے۔ وہ نہ صرف طبی دنیا بلکہ علم النفس کے لئے بھی تاریخ ساز اہمیت رکھتے ہیں۔ میرس نے انسانی نفس کے ممکنات پر حیرت انگیز طور پر دقیق روشنی ڈالی ہے۔ عین اس زمانے میں سگمنڈ فرائڈ مشہور معالج نفسیات اور مکتبہ تحلیل نفسی کا بانی، ویانا میں تنویم کاری کے ذریعہ اپنے طبی معمولات میں مصروف تھا۔ اس نے ممتاز فرانسیسی عالم شارکوٹ سے تنویمی تعلیم حاصل کی تھی۔ فرائڈ کو محسوس ہوا کہ ہر شخص پر تنویمی ترغیبات اثر انداز نہیں ہوتیں۔

تب اس نے "ہپ ناسز" کا استعمال ترک کر کے اپنا مخصوص طریق علاج (PSYCHO - ANALYSIS) ایجاد کیا۔ لیکن فرائڈ کا طریق علاج (تحلیل نفسی) بڑا دقت طلب اور دیر طلب تھا۔ اور اس کے مفید نتائج پانچ سال میں نکلتے تھے۔ بعد کو فرائڈ نے اقرار کر لیا کہ تنویم کاری مختصر طریق علاج کی حیثیت سے کافی اہمیت رکھتی ہے۔ آخر کہیں کم سے کم ایک سو سال کے بعد برٹش میڈیکل ایسوی ایشن کی مقرر کردہ کمیٹی نے محتاط جانچ پڑتال کے بعد یہ رائے قائم کی کہ بے شک تنویمی علاج ایک حقیقی اصلی اور قابل قبول طریق شفا بخشی ہے۔ ۱۹۰۰ء میں بمقام پیرس ایک "انٹرنیشنل کانگریس آف ہپناٹزم" منعقد ہوئی۔ جس نے برٹش میڈیکل ایسوسی ایشن کی رائے کی تائید کی اور اعلان کیا کہ ہپناٹزم کے تجربات و نظریات خاص سائنسی بنیاد پر مستحکم ہیں۔ ان اعلانات نے۔ جو ممتاز سائنس دانوں اور مشہور ڈاکٹروں کی طرف سے کئے گئے تھے۔ ایک مرتبہ پھر ہپناٹزم کی فراموش کردہ ساکھ کو بحال کر دیا۔ پہلی جنگِ عظیم میں بموں کے دھماکے سے خوف زدہ سپاہیوں اور جنگ کے مصائب سے ماؤف نفسیاتی مریضوں کا علاج کامیابی کے ساتھ۔ تنویمی ترغیبات کے ذریعے کیا گیا دوسری صورت میں ان کی ذہنی بحالی کی کوئی شکل نہ تھی۔ دوسری جنگ عالمگیر کے دوران تنویمی علاج طریق علاج (HYPNOTHERAPY) کا استعمال بکثرت کیا گیا۔ اور آج صحت کے ہر گوشے میں تنویمی شفا بخشی کے اثرات کو تسلیم کر لیا گیا ہے۔ خصوصی نفسی امراض، اعصابی بیماریوں نیز دندان سازی وضع حمل، نسوانی شکایات اور جلدی تکالیف (DERMATOLOGY) کے ازالے میں تنویم کاری کی اہلیت اور اہمیت

مسلّمہ ہے۔

ہپناٹزم کے متعلق ایک عام غلط فہمی یہ تھی کہ تنویمی نیند بھی عام طبعی نیند کے مشابہ ہے۔ اس غلط فہمی کا سبب یہ ہے کہ عاملِ تنویم معمول کو یہ ترغیب دیتا ہے کہ اچھا اب تم پر نیند طاری ہو رہی ہے، گہری نیند" خوشگوار نیند اور پرسکون نیند" اور معمول واقعی ان ترغیبات کے زیر اثر حالت بیداری سے حالت خواب میں چلا جاتا ہے۔ یہ بات درست ہے کہ عام طبعی نیند کو ترغیبات کے ذریعے تنویم میں تبدیل کیا جا سکتا ہے۔ اور اس حقیقت میں بھی شبہ نہیں کہ اگر تنویمی معمول کو اس حال پر چھوڑ دیا جائے۔ چھیڑا نہ جائے تو اسکی تنویمی نیند انجام کار طبعی نیند میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ ارفتہ رفتہ جیمس بریڈ کو جس نے ہپناٹزم کی ایجاد اصطلاح کی تھی۔ متعدد تجربات سے اندازہ ہوا کہ تنویمی کیفیت اور طبعی نیند دو مختلف چیزیں ہیں۔ طبعی نیند دماغ کے بعض کیمیاوی عملیات کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہے اور تنویمی کیفیت ایک باطنی تحریک ہے اس فرق کے پیش نظر جیمس بریڈ نے ہپناٹزم (جس کے معنیٰ نیند کے ہیں۔) کی اصطلاح کو ترک کرنے کی کوشش کی۔ مگر سکہ رائج الوقت کو کون منسوخ کر سکتا ہے۔ عام سوتے ہوتے آدمی اور تنویمی معمول کی کیفیات میں نمایاں فرق ہوتا ہے۔ خوابیدہ انسان اپنے ماحول کے تغیرات سے بالکل بے خبر ہوتا ہے۔ اور اگر آپ اسے مخاطب کریں گے۔ تو وہ کوئی جواب نہ دیگا۔ لیکن تنویمی معمول ہر ترغیب سے اثر پذیر ہو گا۔

اور اس عالم میں، وہ ان تمام ہدایات پر عمل کرے گا۔ جن پر عمل کرنا حد درجہ پیچیدہ اور پریشان کن مسئلہ ہے۔ طبی اور سائنسی تجربات سے بھی اس فرق کی تائید ہوتی ہے۔ تنویمی حالت میں انسان کی انعکاسی حرکات (REFLEXE) وہی ہوتی ہے۔ جو بیداری کے عالم میں! مگر گہری نیند میں انعکاسی حرکات مضمحل ہو جاتی ہیں۔ نیند میں جسم کی برقی مقاومت بیداری سے دس گنا زائد ہو جاتی ہے۔ لیکن تنویمی حالت میں وہی رہتی ہے۔ جو بیداری میں تھی۔ البتہ خواب خرامی (SOBNAMBU-LISM) میں ایسی کیفیت سوتے میں پیدا ہوتی ہے۔ طبعی نیند اور تنویمی کیفیت دونوں مل جاتی ہیں۔ خواب خرامی کہتے ہیں کسی سوتے ہوئے آدمی پر تنویمی حالت طاری ہو جانے کو۔ اس حالت میں خوابیدہ آدمی بستر سے اٹھتا ہے۔ بہت سے کام انجام دیتا ہے۔ اور پھر سو جاتا ہے۔ صبح کو اسے یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کر چکا ہے۔ ہمیں اعتراف کر لینا چاہئے کہ فی الحال ہم تنویمی حالت کی نوعیت سے بخوبی واقف نہیں بحث و تصدیق کے ساتھ صرف ایک بات کہی جا سکتی ہے کہ تنویمی حالت "شدید ترین کیفیت اثر پذیری" کو کہتے ہیں۔ یعنی ذہن کی وہ رفیق حالت جب ہر اشارہ ہر حرکت اور ہر لفظ ایک قوی تحریک بن کر نفس پر غالب آ جاتا ہے۔ اور آدمی اسکی تعمیل پر خود کو مجبور پاتا ہے۔

اثر پذیری کی خاصیت ہر انسان میں قدرتی طور پر موجود ہوتی ہے لیکن اس کا اظہار خاص خاص حالات میں ہوتا ہے۔ ہپناٹزم کا عمل اثر پذیری (SUGGESTIBILITY) کی اس انسانی خصوصیت کو برانگیختہ کر دیتا ہے۔

رنگ، نسل، مذہب تہذیب اور فرقے کے امتیاز کے بغیر ہر انسان ڈھکی چھپی اور کھلی ترغیبات و اثرات قبول کرنے پر مجبور اور مشروط ہے۔ مگر کیا ناقابل یقین صداقت ہے کہ اعتقاد عام کے برخلاف عورتیں مردوں کے خلاف کم اثر پذیر ہوتی ہیں۔ ہاں یہ صحیح ہے کہ زمانۂ حمل میں عورتوں کی اثر پذیری اور ترغیب پذیری کی کیفیت میں شدید اضافہ ہو جاتا ہے بالغوں کے مقابل بچوں میں یہ صلاحیت واضح طور پر کار فرما ہوتی ہے۔ البتہ بوڑھوں میں ترغیب پذیری کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے! ہمارے زندگی بھر کے تجربے، لاشعور میں ترغیبات، میلانات اور ہیجانات کے ایک نہایت پیچیدہ مگر منظم زنجیر کو وجود میں لے آتے ہیں۔ اور انسان کے تمام اعمال و نظریات پھر اسی لاشعوری نظام کے اشارے پر کام کرنے لگتے ہیں۔ اگر انسان کے سارے کام عقل و استدلال پر مبنی ہوتے تو ہم مشین بن کر رہ جاتے۔ اقدام عمل اور پہل کاری کی جرأت سے ہمیشہ محروم رہتے حد یہ ہے کہ عین اس وقت جب ہم فہم و عقل کی روشنی میں، ہم کوئی قدم اٹھانا چاہتے ہیں۔ تب بھی لاشعوری ترغیبات، ہم پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ یعنی ہر خالص عقلی اور منطقی اقدام کے پہلو بہ پہلو لاشعوری محرکات کار فرما رہتے ہیں۔ ہمارے تمام جذبات، محبت، نفرت، خوف الغرض تمام امیدیں مایوسیاں، مذہبی ذہنی اعتقادات اور تعصبات ہمارے تمام عقلی تقاضوں کو ابر آلود کر دیتے ہیں۔ آپ خود اپنے تمام اعمال و نظریات کا جائزہ لیجئے۔ خود اندازہ ہو جائے گا کہ ان کے پس پشت کس طرح نفس میں جاگزیں ترغیبات اپنا کام کر رہی ہیں۔ انتہا یہ ہے کہ تجربی علوم اور سائنسی عمل سے تعلق رکھنے والے حضرات

بھی بعض اوقات اپنے ریاضیاتی، منطقی اور سائنسی فارمولوں کی تشکیل میں بھی اپنے باطنی رجحانات سے متاثر ہو جاتے ہیں۔ یعنی اسی طرف ان کا تفکر رہنمائی کرتا ہے جس طرف ان کی باطنی خواہش دامن کھینچتی ہے! کسی کو ووٹ دینے کا سوال ہو یا بازار سے کسی شے کی خریداری کا مسئلہ! غرض ہر فیصلہ پروپاگنڈے، اشتہار بازی اور ترغیب دہی سے ہوتا ہے۔ عہد جدید میں ترغیب دہی کی تکنیک معراج کمال کو پہنچ گئی ہے۔ صحافت کے تمام شعبے، اشاعت کے تمام ذرائع اور ابلاغ عامہ کے تمام وسائل، (ٹی وی سے لے کر سیاسی اسٹیج تک) صرف ایک ہی مقصد کے لئے وقف ہیں۔ اور وہ مقصد ہے لوگوں کو "اثر پذیر" بنانا، رائے عامہ کو متاثر کرنا اور معاشرے کی پسند و ناپسند کو تنویم زدہ (ہپناٹائزڈ) کر دینا!

فریڈرک پیرس کا بیان ہے کہ

ترغیب (تلقین، ایما، ہدایت، حکم، سجشن) اس کامیاب اپیل کو کہتے ہیں۔ جو انسانی لاشعور سے کی جاتی ہے۔ اس اپیل کے ذریعہ ان موزوں ذہنی حالات کو پیدا کیا جاتا ہے۔ جن حالات میں تنویمی مظاہر رونما ہوتے ہیں یعنی تنویمی کیفیت وہ مخصوص حالت ہے۔ جو نفس کی بعض غیر معمولی مظاہر کی طرف رہنمائی کرتی ہے۔ خود ان مظاہر کو تخلیق نہیں کرتی۔ عام لفظوں میں یوں سمجھئے کہ جب آدمی پر تنویمی حالت یا شدید اثر پذیری کی کیفیت طاری ہوتی ہے۔ تو وہ ڈرامائی طور پر عمل کر کے تنویمی مظاہر کو جنم دیتا ہے۔ یہ کہنا حق بجانب ہے کہ ترغیب وہ نعرہ ہے۔ جس کو سن کے گھوڑدوڑ کے میدان میں گھوڑے بھاگنا شروع کر

دیتے ہیں یعنی ترغیب ایک اشارہ ہے غیر معمولی لاشعوری عمل کا۔ اسکے علاوہ کچھ نہیں۔ تنویمی مظاہر نہ تنویم کار پیدا کرتا ہے نہ ترغیب۔ بلکہ خود معمول کا نفس پیدا کرتا ہے۔ بشرطیکہ اسکے لئے عمل کا موزوں میدان فراہم کردیا جائے! معمول پر عامل کی ترغیب اسوقت کامیابی سے اثر انداز ہوتی ہے۔ جب وہ اعتقاد و توقع کے ساتھ اسے قبول کرے یعنی اسے یقین ہو کہ ترغیب حتمی اور اٹل ہے۔ اور یہ توقع بھی کہ اس ترغیب سے وہی نتائج پیدا ہوں گے۔ جن کی خواہش اور ضرورت ہے یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے کہ ترغیب کی دو شکلیں ہیں۔ (۱) وہ ترغیب جو آپ خود اپنے کو دیں۔ آٹو سجیشن (۲) وہ ترغیب جو کوئی دوسرا آپ کو دے یعنی ہٹرو سجیشن۔ لیکن یہ صرف لفظی تقسیم ہے۔ کیونکہ انجام کار دوسروں کی دی ہوئی ترغیب بھی خود ترغیبی ہی کا روپ دھار لیتی ہے جب آپ دوسرے کی ترغیب کو قبول کرتے ہیں۔ تو وہ گویا خود آپ کی اپنی ترغیب بن جاتی ہے۔ لیکن ہر ترغیب کے موثر ہونے کی شرط یہ ہے۔ کہ آپ کا تصور و تخیل اس سے متاثر ہو۔ اگر وہ ترغیب تصور و تخیل کو متحرک نہیں کرتی تو ساری کوشش بیکار ہے! یاد رکھئے کہ جب بھی تصور اور ارادے میں زور آزمائی ہوگی یعنی آپ کا تصور کچھ ہو اور ارادہ کچھ! تو ارادہ کو شکست ہوگی اور تصور کو کامیابی!

جہاں خود ایک تصور سہی مگر اے دوست
جہاں یہ کوئی تصور ہی حکمراں تو نہیں

اسے ایک مثال سے سمجھئے آدمی بہ آسانی زمین پر ایک تنگ ترین پٹیا (لکیر یا نتھا منا راستہ) سے گزر سکتا ہے۔ جو رسی کی برابر چوڑی

ہو۔ لیکن اگر اسے معلّق رسی پر چلنے کے لئے کہا جاتا ہے تو ارادے کی تمام تر قوت کے باوجود وہ زمین پر گر پڑے گا۔ کیونکہ اسکا تصور یہ ہے کہ زمین سے چند فٹ بلندی پر چلنا ممکن نہیں۔ حالانکہ زمین پر پھنچی ہوئی لکیر اس سے بھی زیادہ تپلی ہے۔ تاہم وہ اس پر چلنے میں کوئی مضائقہ نہیں سمجھتا۔ اسے کہتے ہیں۔ "قانون سعئ مخالف" (لا آف ریورسڈ ایفرٹس")۔ یہ کہنا کہ صرف کمزور ذہن کے لوگ، ترغیبات سے متاثر ہوتے ہیں خود فریبی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ آدمی ذہنی طور پر جس قدر متوازن اور پرواز تخیل ہوگا وہ اتنا ہی عمدہ تنویمی معمول ثابت ہوگا۔ ہاں کمزور ذہانت اور مفلوج ارادہ رکھنے والے لوگ مشکل سے "ہپناٹزڈ" ہوتے ہیں۔ نہ ہر شخص پر یکساں تنویمی کیفیت طاری ہو سکتی ہے۔ بہت سے لوگ ذاتی کوشش اور دوسروں کی ترغیب دہی کے باوصف اپنی توجہ ایک نقطہ پر مرکوز اور مبذول نہیں کر سکتے اور بہت سے لوگ ایسے ہیں۔ کہ ذراسی کوشش سے خیال کو ایک نقطہ پر جما دیتے ہیں۔ آدمی جس قدر ذہنی طور پر پرسکون ہوگا۔ ارتکاز توجہ (یعنی CONCENTRATION)۔ میں اتنی ہی آسانی ہوگی۔ پرسکون ذہن کے لئے پر آرام جسم ضروری ہے۔ اگر آپ کسی جسمانی کرب میں مبتلا ہیں۔ اعضا میں تشنج کی سی کیفیت ہے۔ یا کسی عضو میں درد ہو رہا ہے تو ممکن نہیں کہ آپ کسی ایک تصور کو کامیابی کے ساتھ قائم رکھ سکیں۔ یہی وجہ ہے کہ تنویمی عمل ایسی جگہ کیا جاتا ہے جہاں کسی قسم کی خلل اندازی نہ ہو معمول کی نشست بالکل آرام دہ ہونی چاہیئے۔ بہتر یہ ہے کہ معمول کو آرام سے لٹا دیا جائے۔ اور تاکید کی جائے کہ وہ اپنے جسم کے کسی حصہ

کو بے آرام نہ ہونے دے۔ اگرچہ تنویم کاری کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ معمول کو ترغیبی ہدایت کے ذریعہ تنویمی حالت میں لایا جائے۔ لیکن عہد جدید کی مشینی ذہنیت نے تنویم جیسے خالص باطنی عمل کو بھی مشین سے منسلک کر دیا جائے۔ اسے ہم میکانیکی ہپناٹزم (تنویم بذریعہ آلات) کہہ سکتے ہیں۔

میکانیکی ہپناٹزم

مختلف اوقات میں تنویمی حالت طاری کرنے کے لئے مختلف آلات استعمال کئے جاتے رہے ہیں۔ مثلاً شمع کی لو، ناک کی جڑ، ناک کی چونچ پر نظریں جما کر تنویمی کیفیت طاری کرنا بھی ایک مصنوعی طریقہ ہے یا "تنویمی آنکھ" پر نظریں گاڑ کر پلک جھپکائے بغیر اسے تکنا اور اس طرح نیند کی حالت میں آجانا بھی ایک رسمی تدبیر ہے۔ لیکن حقیقی معالجین تنویم سب سے زیادہ اہمیت ترغیب ہی کو دیتے ہیں۔ ریڈیو میں تنویمی ترغیبات کے گرام فون ریکارڈ بنائے گئے ہیں۔ معمول ان ریکارڈ کی صدا بند ترغیبات سے حالت تنویم میں آجاتا ہے۔ کیا خواب اور دواؤں کے ذریعہ انسان کو تنویمی حالت میں لایا جا سکتا ہے۔ اس موضوع پر کافی بحث اور اس طریقہ پر اکثر تجربات کئے گئے ہیں بعض ہپناٹسٹ معمول کو تھوڑا سا الکحلی مشروب پلا کر اسے تنویمی ترغیبات دیتے ہیں۔ اور معمول حالت تنویم میں آجاتا ہے۔ بعض ماہرین تنویم ہپناٹائزڈ کرنے سے قبل معمول کے مارفیا کا انجکشن لگاتے ہیں جن لوگوں پر کسی طرح عامل کی ترغیبات اثر نہیں کرتیں۔ ان میں سے

بعض ضدی معمول کلورو فارم کے استعمال سے حالت غنودگی میں آجاتے ہیں۔ نشہ آور دوائیں خصوصیت کے ساتھ NEMBUTAL اور سوڈیم اسیقل کا استعمال بھی لوگوں کو سکون واستغراق کے عالم میں لے آتا ہے برطانیہ کے ممتاز ماہر تنویم وتحلیل نفسی ڈاکٹر اسٹیفن ہرسلے نے رجو "نارکوایپی لے سز" یعنی نشے کی حالت میں تحلیل نفسی کا موجد اور اس اعتبار سے عالم گیر شہرت رکھتا ہے۔) متعدد تجربات نے ثابت کردکھایا ہے کہ معمول کی حالت بیداری کو زائل کرنے کے لئے SODIUM PEN - (TOTHAL - نامی گولی بے حد موثر ثابت ہوتی ہے۔ امریکہ میں تھورازائن اور پروما زائن (کیمیاوی مرکبات) پر جو تجربات کئے گئے ہیں۔ تنویم کاری کے سلسلے میں ان کے نتائج مفید وصحت بخش نکلے ہیں۔ تاہم آج بھی بعض ماہرین تنویم ہر نشہ آور دوا پر تھوڑے سے الکحلی مشروب کو اس سلسلے میں ترجیح دیتے ہیں۔ یہ سب میکانیکی ہپناٹزم (تنویم بذریعہ آلات اور کیمیاوی تنویم (تنومی کیفیت دوا کے ذریعے طاری کرنا) کے طریقے ہیں۔ لیکن اتنے بکھیڑے میں پڑنے کی کیا ضرورت ہے۔ جب سانس کی مشقوں اور ارتکاز توجہ کے ذریعہ آدمی پر تنومی کیفیت طاری کی جاسکتی ہے۔ میں نے عرض کیا تھا کہ انسانی نفس کی مخفی صلاحتیں ترغیب کی بدولت پیدا نہیں ہوتیں بلکہ ترغیب یا تنومی عمل ایک محرک کی حیثیت رکھتا ہے۔ جو ان تمام قوتوں کی بیداری کے لئے زمین ہموار کردیتا ہے۔ سیلف کلچر ٹریننگ کورس (S.C.T) یا لطفاب تعمیر تنظیم شخصیت کی مشقیں ذہن انسانی کے خارق العادات (سپر نارمل) مظاہر کو اس تیزی سے بیدار کرتی ہیں کہ خود عمل کرنے

والا حیران رہ جاتا ہے۔

صلاح الدین ناصر (پاک گیٹ ملتان) لکھتے ہیں کہ

سپر نارمل

میں آج سے تین سال پہلے ایک خاتون کو "ہپناٹائزڈ" کیا کرتا تھا۔ وہ میری مستقل معمولہ تھیں۔ ہفتے میں ایک بار نشست ہوتی تھی۔ یہ دیکھنا تھا کہ ان خاتون میں "غیب بینی" کی صلاحیت موجود ہے یا نہیں ابھی میرے تجربات ادھورے تھے کہ وہ اپنے شوہر کے ساتھ جاپان چلی گئیں۔ ان کے شوہر اعلیٰ سفارتی عہدوں پر سرفراز تھے۔ میرا تجربہ ادھورا رہ گیا۔ اب وہ تین سال کے بعد آئے ہیں۔ ان کی اہلیہ مصر ہیں کہ دوبارہ وہ تجربہ شروع کیا جائے میں تقریباً ایک ہفتے سے انہیں ہپناٹائزڈ کر رہا ہوں میں انہیں یہ ترغیب دیتا ہوں کہ وہ اپنے جسم سے باہر نکل رہی ہیں۔ ان کے تجربات حسب ذیل ہیں۔ (۱) لیٹے ہی لیٹے افقی حالت میں میرا جسم مثالی ہوا۔ میں اٹھا اور پھر ایک منٹ کے بعد دھڑام سے واپس آکر خاکی جسم میں جذب ہو گیا۔ میں اس تجربے سے ڈر گئی۔ (۲) ایک رات ایسا محسوس ہوا جیسے میرا مثالی جسم ایک کھڑکی میں کھڑا ہے۔ چند لمحے بعد غائب ہو گیا۔ (۳) یہ بھی محسوس ہوا کہ آپ مجھے قفس عنصری (جسم خاکی) سے باہر نکلنے کی ترغیب دے رہے ہیں۔ (عامل کی طرف اشارہ ہے) مگر کافی کوشش کے باوجود جسم مثالی پیکر خاکی سے باہر نہ نکل سکا۔ اردگرد کی روشنی اسکے راستے میں حائل تھی (۴) ایک بار ایسا لگا کہ میرا صرف چہرہ باقی ہے۔ باقی جسم غائب ہے۔۔

(۵) ایک بار یہ محسوس ہوا کہ جسم خاکی جسم مثالی کو دیکھ رہا ہے۔ مگر جسم مثالی جسم خاکی کو دیکھنے سے قاصر ہے (۶) جسم مثالی دھندلا دھندلا نظر آتا ہے۔ غور سے دیکھوں تو غائب ہو جاتا ہے۔ (۷) ابھی مجھ پر تنویمی کیفیت طاری ہی ہوئی تھی کہ سورج سے کئی گنا روشن گولہ آنکھوں کے سامنے آگیا جس سے آنکھیں چندھیا گئیں۔ پھر گولہ مدھم پڑ گیا پھر جگمگانے لگا۔ بعد ازاں گہری تنویمی نیند غالب آگئی جسم مثالی نے پرواز شروع کی۔ جیسے میں لاہور کے علاقہ گلبرگ میں موجود آتے جاتے آدمیوں کو دیکھ رہی ہوں، کون دیکھ رہا ہے۔ مثالی جسم نہیں خاکی جسم! تنویم کاری کے بارے میں چند اہم نکات ہمیشہ ذہن میں رکھیں!

اہم نکات

عام خیال یہ ہے کہ کسی شخص کو اسکی مرضی اور ارادے کے بغیر "ہپناٹائز ڈ" نہیں کیا جا سکتا۔ یہ چیز بطور کلیہ بیان کی جاتی ہے مگر ہر کلیے میں کچھ استثناً بھی ہوا کرتے ہیں۔ آکسفورڈ یونیورسٹی کے ڈاکٹر اسوالڈ نے ایک کئیس سالہ خاتون کو اس کی مرضی اور ارادے کے بغیر ہپناٹائزڈ کر دیا۔ ہوا یہ کہ ڈاکٹر اسوالڈ اس لڑکی کی موجودگی میں ایک اور شخص کو تنویمی ترغیبات دے رہے تھے کہ اس لڑکی پر تنویمی کیفیت طاری ہو گئی اور استغراق میں چلی گئی ڈاکٹر نے تنویم زدہ لڑکی کو ہدایت کی کہ جب بھی تم کرسی پر بیٹھ کر مجھے دیکھو گی۔ اور میں تالی بجاؤں گا۔ تم پر ٹرانس کی کیفیت طاری ہو جائے گی۔ لڑکی جب بیخودی کے عالم سے باہر آئی تو ڈر گئی اور اس نے کہا کہ ڈاکٹر اسوالڈ سے کہا کہ میں آئندہ

تم سے علاج نہیں کراؤں گی۔ ایک روز لڑکی کسی دوسرے ڈاکٹر سے اپنے علاج کے سلسلے میں مشورہ کر رہی تھی کہ ڈاکٹر اسووالڈ کمرے میں داخل ہوئے۔ اور دونوں ہاتھوں سے تالی بجائی۔ سابقہ ترغیب کی بنا پر ڈاکٹر اسووالڈ نے ہدایت کی تھی کہ جب بھی تم مجھے دیکھو گی اور میں تالی بجاؤں گا تم پر تنویمی استغراق طاری ہو جائے گا) لڑکی تنویم زدہ ہو گئی۔ حالانکہ اس سے قبل علاج سے انکار کر چکی تھی۔ اس سے دو نتیجہ نکلتے ہیں۔ کہ کسی شخص کو اس کی مرضی اور ارادے کے بغیر ہپناٹائزڈ کیا جا سکتا ہے۔ گو ایسے اشخاص کم ہوتے ہیں۔ دوسرے یہ کہ ترغیب بعد التنویم (پوسٹ ہپ ناٹک سجیشن) کس قدر موثر قوت ہے!

بہت سے لوگ اس وہم میں مبتلا ہوتے ہیں۔ کہ اگر معمول کو تنویمی نیند سے نہ جگایا جا سکا تو کیا ہوگا؟ یہ وہم بھی لاعلمی کے سبب پیدا ہوتا ہے اگر معمول پر تنویمی کیفیت طاری کرنے سے قبل اسے یہ ہدایت دیدی جائے کہ وہ بیداری کا حکم (جاگ جاؤ) دینے پر جاگ جائے گا۔ تو۔ وہ یقیناً تنویم کار کی ہدایت پر عمل کرے گا اگر یہ ہدایت بھی نہ دی جائے تو تنویمی نیند طبعی نیند میں تبدیل ہو جائے گی اور معمول اس طرح بیدار ہو جائے گا جس طرح طبعی نیند سے بیدار ہوا کرتا ہے۔ مسئلہ یہ نہیں ہے کہ معمول کو تنویمی نیند سے کس طرح بیدار کیا جائے۔ مسئلہ یہ ہے کہ معمول کے استغراق کی کیفیت کو کس طرح باقی رکھا جائے؟ کسی شخص پر تنویمی کیفیت طاری کرنے سے قبل اسے پورا طریق کار اور تنویم کاری کی نوعیت واضح لفظوں میں بتلا دینی چاہیئے (اس عمل یا اعمال کے متعلق اسکے ذہن میں کوئی ابہام اور الجھن

نہ لے ہے۔ اسے یہ بتا دینا چاہیئے کہ (۱) تنویم نہ جادو ہے اور نہ کوئی سپر نارمل مظاہرہ یا مظہر (۲) ہر شخص ترغیب (سجیشن) سے متاثر ہوتا ہے بشرطیکہ وہ اسے قبول کرلے۔ اگر آپ کسی کو یہ ترغیب دیں گے کہ اس پر تنویمی نیند کیفیت غالب آرہی ہے۔ تو یقیناً رفتہ رفتہ اس پر پہلے غنودگی طاری ہوگی۔ پھر جسم کے بعض اعضا میں اکڑاؤ پیدا ہوگا۔ پھر وہ گہری نیند میں چلا جائے گا۔ ایسی گہری نیند کی بے حسی کہ اگر آپ اس کے جسم کو آگ سے جلا دیں۔ یا چاقو سے چیریں تو اسے پتہ نہ چلے گا۔ اگر اس کے ساتھ یہ بھی ترغیب دیں۔ تنویمی حالت دور ہو جانے کے بعد نہ تمہیں جسم کی جلن کا احساس ہوگا۔ نہ جراحی شدہ عضو کی چیر پھاڑ کا کرب محسوس ہوگا۔ تو یقین کریں کہ نارمل حالت میں آنے کے بعد وہ بالکل ٹھیک ٹھاک رہے گا۔ (۳) معمول کو اگر یہ ترغیب دیجئے کہ ہوش میں آنے کے بعد تم ان تمام ہدایات کو بھول جاؤ گے۔ جو دوران تنویم دی گئی ہیں۔ تو بالکل یہی ہوگا۔ ایسا ہی ہوگا۔ یہ دیکھنے کے لئے کہ معمول پر تنویمی اثرات طاری ہوتے یا نہیں۔ اس کا بغیر بغور مطالعہ کرنا چاہیئے۔ ابتدائی علامات یہ ہیں۔ کہ معمول کی آنکھیں جھپکنے لگتی ہیں۔ بعض کی بتیسی بند ہو جاتی ہے۔ اور بعض بت بن کر رہ جاتے ہیں۔ یہ سب کچھ درحقیقت معمول کی نفسی کیفیت پر موقوف ہے۔

الغرض تنویم کے زیر اثر ہر معمول کی کیفیت مختلف ہوتی ہے۔ تاہم وہ گہری نیند میں ہوتا ہے۔ اور ماحول کے اثر سے قطعی بے خبر اور غیر متاثر لیکن اگر معمول کو بحالت تنویم یہ ترغیب دیدی جائے کہ وہ اس حالت میں ماحول سے باخبر رہے گا۔ اور عامل کی ہدایت و ترغیبات کے ساتھ یہ بھی خبر رکھے گا۔ کہ اس کے گرد و پیش کیا کچھ ہو رہا ہے تو وہ یقیناً اس ہدایت پر عمل کرے گا۔ مختصر یہ کہ معمول عامل کے ہاتھ میں ایک آلہ کار کی حیثیت رکھتا ہے یہ فرض عامل کا ہے کہ وہ اپنے انسانی کھلونے کو نزاکت و نفاست کیساتھ استعمال کرے کیونکہ تنویمی حالت میں معمول کے نفس میں غیر معمولی قوتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ مثلاً روشن ضمیری

تنویم اور روشن ضمیری

CLAIRVOYANCE کی استعداد۔ عام حالت میں جو شخص سیدھا سادا نظر آتا ہے اور بغیر کسی جوہر کمال کے زندگی بسر کرتا ہے جب اس پر تنویمی حالت طاری کی جاتی ہے تو ایسا لگتا ہے کہ وہ ایک نیا شخص بن گیا ہے اس کا ذہن زمان و مکان کی پابندی سے آزاد ہو جاتا ہے آج سے نہیں ہمیشہ سے تنویمی حالت اور خارق العادات مظاہر (سپر نارمل ازم) توام اور جڑواں حیثیت کے مالک رہے ہیں۔ خارق العادات ان واقعات کو کہتے تھے۔ جو عام طور پر نہ پیش آتے ہیں۔ اور گاہے گاہے ظہور پذیر ہوتے ہوں۔ ڈاکٹر مسمر کے عہد سے لے کر آج تک مسمریزم اور ہپناٹزم کے ماہرین ان تنویمی مظاہر کی تحقیقات کرتے رہے ہیں جن کا تعلق روشن ضمیری، کشف، ٹیلی پیتھی اور دوسرے معاملات سے ہے روشن ضمیری

ایک کثیر المعانی اصطلاح ہے چھٹی حس، مستقبل بینی بعید ترین مسافتوں پر پیش آنے والے واقعات کا علم و اندازہ۔ آنکھوں کے بغیر دیکھنا۔ کانوں کے بغیر سننا یہ سب روشن ضمیری کے تحت آتا ہے۔ انسانی نفس میں تمام خارق العادات صلاحیتیں مضمر اور خوابیدہ ہیں البتہ تنویمی ترغیب و تحریک ان قوتوں کو اجاگر اور فعال کر دیتی ہے۔ جس طرح رویائے صادقہ میں انسان کو مستقبل حال یا ماضی کے بارے میں سچے خواب نظر آتے ہیں۔ اسی طرح تنویمی نیند کے دوران بھی معمول کے ذہن کو زمان و مکان کی زنجیر سے آزاد کیا جا سکتا ہے۔ ڈاکٹر مسمر نے اپنے کئی معمولوں میں روشن ضمیری اور کشف کی صلاحیت کو بر سر کار پایا تھا۔ یہ بھی امر واقعہ ہے کہ تنویمی معمول اس کیفیت بے خبری میں بعض اوقات اپنے گرد و پیش واقع ہونے والی تبدیلیوں سے حیرتناک طور پر باخبر ہو جاتا ہے۔ مسمر کا بیان ہے کہ ہم میں ایک ایسی داخلی حس (INTEAIOR SENSE) موجود ہے جو براہ راست کائناتی شعور سے منسلک اور مربوط ہے۔ یوں سمجھئے کہ کائناتی شعور کی ہر لہر ہمارے ذہن سے گزرتی ہے۔ یہ اور بات ہے کہ ہم اپنے وجود سے بے خبر ہیں۔ انسانی ذہن اور شعور مطلق (کائناتی ذہن) کے درمیان عجب قسم کا لطیف رابطہ پایا جاتا ہے جسکا تجربہ اور مشاہدہ برابر ہوتا رہتا ہے۔ S.C.T. خصوصاً نقطہ بینی کی مشق سے روشن ضمیری کی صلاحیتیں پوری طرح بیدار ہو جاتی ہیں۔ قیصر انصاری لکھتے ہیں کہ

میں نے آپ کی ہدایت کے مطابق التسخیر (نقطہ بینی) ۷ فروری کو شروع کی تھی۔ سات اگست کو اس مشق پر چھ مہینے گزر گئے۔ اب آپ مجھے التجلی کی اجازت دیدیں۔ یہاں ایک عجیب بات میرے اندر پیدا ہو رہی ہے

کہ میں جاگتے میں خواب دیکھتی ہوں۔ اور جو کچھ مجھے خواب میں نظر آتا ہے وہی کچھ ہوتا ہے۔ مثلاً میں نے جاگتے میں دیکھا کہ حیدرآباد میں بارش ہو رہی ہے ہی ہوا اس روز حیدرآباد میں بارش ہوتی۔ انوکھی بات یہ ہے کہ اپنے بدن سے روشنی اس طرح نکلتی نظر آتی ہے جیسے کسی شفاف شیشے سے سورج کی روشنی منعکس ہوتی ہے۔ مجھے اب اپنے تصورات وخیالات پر مکمل کنٹرول حاصل ہے دیکھنے والے مجھ سے متاثر ہو جاتے ہیں جس لڑکی کو نظر بھر کر دیکھ لیتی ہوں گرویدہ ہو جاتی ہے مختصر یہ کہ میری شخصیت میں مقناطیسیت پیدا ہو گئی ہے!

قیصر انصاری نے لکھا ہے کہ میں جاگتے میں خواب دیکھتی ہوں۔ جاگتے میں خواب دیکھنا۔ تنویمی کیفیت کی خاص علامت ہے بظاہر آدمی سوتا ہوتا ہے۔ لیکن بباطن اس کے تمام حواس چوکنے اور ذہن چاق چوبند اور شعور فعال وسرگرم ہوتا ہے۔ وقت کے فاصلے اور مسافت کے پردے نگاہ باطن اور نگاہ باطن کی تحریک پر دیدہ ظاہر سے ہٹ جاتے ہیں۔ اور قیصر انصاری کراچی میں ہوتے ہوئے یہ دیکھ لیتی ہیں کہ حیدرآباد میں اس وقت بارش ہو رہی ہے! یہ بھی تنویمی خارق العادات کا ایک مظہر ہے۔ بشارت علی (حسن ابدال) بھی تنویمی مشق کرتے ہیں رقمطراز ہیں کہ

چند دن ہوئے شام کے وقت نیلی (آبادی سے دور خاموش ویران کھنڈروں والا علاقہ) میں مشق تنفس نور کر رہا تھا کہ ایک چکر کے بعد جب کہ سانس سینے کے اندر رکا ہوا اور نور کا تصور قائم تھا کہ یکایک نگاہ باطن (جس کا ادراک نگاہ ظاہر بھی کرتی ہے۔) کے سامنے سفید گلاب کی ایک بند کلی نمودار ہو گئی۔ معاً خیال آیا کہ یہ کلی عدم سے وجود میں آچکی ہے۔ کچھ

دیر بعد یہ کھُل کر خوبصورت پھول بن جائے گی۔

ہم نے دیکھی شگفتگی گل کی
آپ کا عالم جوانی سے ہے

بے شک تبدیلیٔ ہیئت کے درمیان اسے تھوڑی سی تکلیف ہو گی۔ لیکن بعد ازاں اس کے عروج و اقبال کا نیا دور شروع ہو گا گویا تبدیلیٔ ہیت کا نتیجہ نئی زندگی اور نئی تابندگی ہوتا ہے۔ فنا کا تو سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ یکایک ذہن میں ایک دھماکا سا ہوا اور انسانی زندگی کی پوری باتصویر داستان نگاہوں کے سامنے سے گزر گئی۔ ایک دم اس حقیقت کا انکشاف ہوا کہ انسان کا عدم سے اس جہانِ رنگ و بو میں آنا۔ بالکل ویسا ہی ہے جیسے شاخ گل پر غنچۂ نو کا نمودار ہونا۔ اور جس طرح کلی مرکر پھول بن جاتی ہے

(شمع کشتند وز خورشید نشانم دادند یعنی چراغ کو بجھا دیا اور سورج کے طلوع ہونے کی بشارت دیدی۔) اسی طرح انسان موت کے بعد نئے لباس وجود سے آراستہ ہوتا ہے اور خاکی زندگی سے کہیں زیادہ دلفریب، دلبہار و پُرکیف لذت حیات سے آشنا ہوتا ہے بخدا! رئیس صاحب! جس کیفیت کو بیان کرنے میں اتنا وقت صرف ہوا وہ ایک سیکنڈ سے بھی کم وقفہ میں مجھ پر منکشف ہو گئی۔ اس وجدانی اور عرفانی کیفیت کو مکاشفہ کہتے ہیں یعنی تصور کسی ایک معنیٰ پر مرکوز ہو جائے۔ اور یکایک حقیقت کے کسی نئے پہلو کا انکشاف ہو جائے۔ یہ صورتحال تنویم زدگی میں پیش آتی ہے۔ درحقیقت جب بھی شعور کی رو معطل ہو جائے۔ فوراً انسان تنویمی حالت میں آجاتا ہے۔ جیسا کہ آپ کو معلوم ہے تنویم کاری کی بنیاد

"خود ترغیبی پر بے ب خانم خود ترغیبی (سیلف ہپناسز) کی عادی ہیں لکھتی ہیں کہ

خود ترغیبی سے جو فائدہ حاصل ہوئے ان کو بیان کرنے کے لئے الفاظ نہیں ملتے خود ترغیبی سے خود اعتمادی میں کافی اضافہ ہوگیا ہے میں تصور بھی نہ کر سکتی تھی۔ کہ اتنا اعتماد خود ترغیبی سے مجھ میں پیدا ہو جائے گا۔ بالکل سچے خواب نظر آتے ہیں روزانہ۔ جو چیز نظر سے گزرتی ہے یا جو بات سنتی ہوں حتیٰ کہ ایک تنکا بھی دیکھوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ خواب میں اس تنکے کو اس جگہ پڑے ہوئے دیکھ چکی ہوں الغرض عالم بیداری کا ہر منظر دنیا نے خواب کا حصہ لگتا ہے۔ کوئی بات سمجھ میں نہ آئے تو اس ترغیب سے کام لیتی ہوں۔ رات کو یہ فقرہ دہراتی ہوں کہ انشاء اللہ مجھے اس سوال کا جواب یا اس معمّہ کا حل خواب میں نظر آجائے گا۔ الحمد اللہ کہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ نماز میں اتنا جی لگتا ہے کہ بیان نہیں کر سکتی۔ کبھی کبھی تو سر و سجدے سے اٹھانے کو بالکل جی نہیں چاہتا جیسے میرا رب مجھے دیکھ رہا ہے۔ اس لمحے اپنے کو بالکل ہلکا پھلکا محسوس کرتی ہوں۔ جسم کے اندر نور ہی نور نظر آتا ہے۔ اپنے متعلق تصور کرتی ہوں کہ دنیا میں سب سے زیادہ مسرور و مطمئن انسان میں ہوں اس حالت میں دشمن کے متعلق بھی بُرا نہیں سوچ سکتی۔ دوست دشمن کی تمیز ختم ہو چکی ہے۔ سب کے دکھ بانٹنے اور سب کے ساتھ حسن و سلوک کی تمنا ہے۔ سوچتی ہوں کہ دشمن جانی سامنے آئے تو اسے بھی گلے سے لگا لوں۔ اس پر اپنا سارا خلوص اور محبتیں نچھاور کر دوں۔ ایک طرف تو کیفیت یہ ہے۔ دوسری طرف عالم یہ ہے کہ جب بیزاری کا دورہ پڑتا ہے تو نہ خدا

نہ نماز نہ زکوٰۃ نہ روزہ۔ یعنی جن منفی خیالات پر غالب آنے کے لئے ترغیب شروع کی تھی۔ وہی منفی اور تخریبی خیالات پھر غالب آجاتے ہیں۔ پھر طرح طرح کے خیالات ذہن پر ہلّہ بول دیتے ہیں۔ لیکن یہ صورتحال نقصان رساں نہیں۔ کیونکہ منفی خیالات کے ساتھ ہی دل دھڑکنے لگتا ہے اور جان نکلنے لگتی ہے پہلے منفی خیال آتا تھا تو دماغ سے چپک جاتا تھا۔ اب یہ صورت ہے کہ منفی جذبات و خیالات کی لہر آتی ہے۔ اور گزر جاتی ہے۔ موت برحق ہے پہلے اس مقولے کو سنا تھا سمجھا نہ تھا لیکن اب موت پر سو فیصدی یقین آگیا ہے ایک دفعہ سخت بخار کی حالت میں اپنے کو قبر میں پڑا محسوس کیا۔ مگر ذرا بھی ڈر نہ لگا۔ بلکہ روح سے اللہ اللہ کی آواز آتی رہی۔ کبھی کبھار خواب میں عجیب و غریب زبان پڑھتی ہوں۔ یا تقریر کرتی ہوں۔ یہ زبان میری سمجھ سے باہر ہے خواب میں محسوس ہوتا ہے کہ میں اس زبان کو بخوبی سمجھتی ہوں اور فر فر بولتی ہوں البتہ بیدار ہونے پر ذہن میں کچھ نہیں ہوتا۔ بالکل خالی الدماغ ہوتی ہوں۔ کبھی لگتا ہے کہ قد کافی لمبا ہو گیا ہے کبھی اپنا وجود موٹا لگتا ہے۔ خود ترغیبی کے نتیجے میں عجیب و غریب خواب نظر آتے ہیں۔ ایک دفعہ خواب میں تقریباً ایک میل کا فاصلہ پرواز کناں طے ہو گیا۔ ایک مرتبہ ہاتھی پر اپنے کو سوار دیکھا خود ترغیبی کی حس پوری طرح بیدار ہو گئی ہے۔ جی ہاں میں نے از سرِ نو جنم لیا ہے جناب والا! مجھے پورا یقین ہے کہ اگر کوئی خود ترغیبی اور خود تنویمی پر پورعمل کرے۔ اور لاشعوری مزاحمت سے خوفزدہ نہ ہو۔ تو وہ اپنے کو بتدریج بدل سکتا ہے۔ ترغیب کا ایک ایک فقرہ میرے ذہن میں

پیوست ہو گیا ہے۔ ڈاکٹر صلاح الدین ناصر (ملتان) لکھتے ہیں کہ

حواسِ ظاہرہ

میں نے چند معمولوں پر تنویمی ترغیبات کو آزما کر دیکھا۔ دل کو بہت تقویت ہوئی۔ حوصلہ بڑھا۔ بعد میں خیال آیا کہ مختلف معمولوں کو آزمانے کے بجائے کسی ایک معمول کو آزمایا جائے۔ سو آجکل میری معمولہ ایک پچیس سالہ خاتون ہیں۔ ان پر فوری تنویمی کیفیت طاری ہو جاتی ہے پھر ان کے حواس ظاہری پر قبضہ رہنا دشوار نہیں ہوتا۔ مثلاً استغراق کے دوران ترغیبات کے ذریعہ ان پر تخدیر ظاہر ہو جاتی ہے۔ اگر یہ ترغیب دی جائے کہ جب میں میز پر مکا ماروں گا تو اسکی آواز سے معمولہ کی قوت سماعت ختم ہو جائے گی۔ اور سر پر ہاتھ پھیرا جائے گا۔ تو تم سب کچھ سننے لگ جاؤ گی۔ تو وہ اس ترغیب پر عمل کرتی ہیں۔ مکہ مارنے سے ان کی قوت سماعت ختم ہو جاتی ہے۔ اور سر پہ ہاتھ پھیرنے سے شنوائی رسننے کی قوت بحال ہو جاتی ہے یہ تو حال ہوا سماعت کا! قوت ذائقہ کو بھی ترغیب کے ذریعہ بدلنے کا تجربہ کیا۔ تنویمی کیفیت میں معمولہ کو یہ ترغیب دے کر کہ یہ میٹھا شربت ہے کونین کا کڑوا مکسچر پلا دیا۔ کیا مجال جو چہرے پر کڑواہٹ کی تلخی نمودار ہوئی ہو۔ اس طرح آلو کو سیب بتا کر کھلایا گیا۔ اور سیب ہی سمجھ کر کھلایا گیا۔ اس طرح ترغیب کے ذریعہ تمام حواس ظاہری کو معطل کرنے کے کامیاب تجربے کئے گئے معمولہ سے کہا گیا کہ تم پانچ منٹ تک سوتی رہو گی اور ٹھیک پانچ منٹ کے بعد بیدار ہو جاؤ گی۔ معمولہ نے بڑی صحت سے حکم کی تعمیل کی

ڈاکٹر صلاح الدین ناصر نے اس سلسلے میں کچھ سوالات بھی کئے ہیں یعنی (۱) تنویمی نیند کے کتنے درجے ہیں۔ (۲) معمولہ پر جو کیفیت تنویم میں گزرتی ہے (جب کہ حواس ظاہری معطل ہو جاتے ہیں) وہ کس درجے کی نیند میں ممکن ہے۔ (۳) توجہ کی یکسوئی کی سرحد کہاں سے شروع ہوتی ہے (۴) جسطرح بحالت استغراق ترغیبات سے معمول کے حواس خمسہ تیز یا تیز ہو جاتے ہیں۔ کیا اس طرح اسکی ذہنی قوتوں (حواس باطنی) کو بھی ترقی دی جاتی ہے۔ (۵) کیا ہپناٹزم کے زیر عمل سے روشن ضمیری کا اظہار ممکن ہے۔ (۶) کیا یہ ممکن ہے کہ تنویمی معمول سے نفس کی ایسی صلاحیتوں کو جگا دیا جائے کہ وہ پوشیدہ چیزوں کا علم حاصل کر سکے۔ ڈاکٹر صلاح الدین ناصر اور دوسرے تنویم کاروں کی خدمت میں عرض یہ ہے کہ معمول کی ترغیب پذیری کا انحصار نیند پر نہیں۔ معمول کی ذہنی کیفیت پر ہے بس اس قدر کافی ہے کہ معمول جسم کو ڈھیلا چھوڑ کر آنکھیں بند کر کے اطمینان سے لیٹ جائے۔ اور اپنی پوری توجہ عامل کی ترغیبات پر مرکوز کر دے۔ جب عامل کہے کہ اب تم بالکل آرام دہ حالت میں لیٹے ہو۔ تو معمول کو محسوس کرنا چاہیئے کہ فی الواقع وہ نہایت آرام اور سکون سے لیٹا ہے۔ جب تنویم کار معمول سے کہے کہ تمہارا جسم بوجھل ہو رہا ہے۔ تمہارا بدن سن ہو رہا ہے تمہارے ہاتھ پاؤں اکڑ رہے ہیں تمہارے پپوٹے بند ہو رہے ہیں۔ تمہاری پلکیں بند ہو رہی ہیں۔ تمہاری آنکھیں بند ہو رہی ہیں۔ تو عملاً معمول ان تمام جسمانی کیفیات کو محسوس کرے پس سچ مچ اس کا جسم بوجھل ہو جائے۔ بدن سن ہو جائے۔ ہاتھ پاؤں اکڑ جائیں پپوٹے بند ہو جائیں۔ پلکیں بھاری ہو جائیں اور آنکھیں

بند ہو جاتی ہیں۔ گویا اصل شئے نیند کے مختلف مدارج نہیں بلکہ ترغیب پذیری کی شدت ہے۔ ظاہر ہے کہ اس عالم میں معمول کا ذہن یکسو ہو جاتا ہے۔ اور صرف عامل کے احکام کی بجا آوری ہی اس کا مقصد عمل بن جاتا ہے اس عالم میں معمول پر شدید عملیات جراحت کئے جاتے ہیں تو اسے کسی تکلیف کا احساس نہیں ہوتا نیند کے ہر درجے میں معمول ہر قسم کی ترغیبات قبول کر کے ان پر عمل کر سکتا ہے۔ یہ تنویم کار پر ہے کہ وہ معمول کو کس درجہ پر رکھنا چاہتا ہے۔ ہلکی نیند میں۔ اچٹتی ہوئی میں یا گہری نیند میں! البتہ یہ صحیح ہے کہ معمول کی تنویمی کیفیت جس قدر گہری ہوگی۔ (سجیشنز) اور ترغیبات اور مابعد التنویم (پوسٹ ہپناٹک سجیشنز) کے اثرات اسی قدر دیرپا ہوں گے۔ اور جسقدر تنویمی اثرات گہرے ہوں گے۔ ذہنی اور نفسی تبدیلیاں اسی قدر وسیع ہوں گی! جہاں تک علاج معالجے کا تعلق ہے تو بلاشبہ شفایابی تنویم کار کی مہارت اور مقناطیسی قوت پر موقوف ہے۔ جالب سید (نواب شاہ) اپنے مکتوب مورخہ ۳ نومبر ۱۹۶۸ء میں رقم طراز ہیں کہ غالباً دس یا گیارہ مہینے ہوئے کہ ایک عمر رسیدہ شخص کو والد صاحب گھر میں لے کر آئے۔ اب وہ شخص شاید پنجاب میں کسی مقام پر ہوگا۔ اس اجنبی شخص نے عجب کمال کا مظاہرہ کیا۔ اور اس واقعہ نے چند سوالات ذہن میں پیدا کئے ہیں۔ سب سے پہلے اس نے دس گیارہ سالہ بچے کو فرش پر لٹایا۔ اور اسکی آنکھوں پر پٹی باندھ دی۔ اس شخص کے کہنے پر ہم سب نے درود شریف پڑھ پڑھ کر اس پر پھونکا۔ جب یہ ابتدائی تیاریاں ہو چکیں۔ تو اس شخص نے جس کا نام عبداللہ تھا۔) بچے کو حکم دیا کہ تصور کرو۔ تم فلاں سبزہ زار میں ہو۔ لڑکے نے اعتراف کیا کہ ہوں۔ پھر عبداللہ نے بچے

کو ترغیب دی کہ تم اپنے دوستوں سے ساتھ کہیں جا رہے ہو۔ انہیں سلام کر رہے ہو۔ وہ جواب دے رہے ہیں۔ غرض آہستہ آہستہ آہستہ آہستہ بچے پر عبداللہ تنویم کار کے احکام کی تعمیل میں ایک ایسی کیفیت طاری ہو گئی کہ وہ امور غیب کی تفصیل بیان کرنے لگا۔ پھر اسے سبزہ زار کی کیفیت معلوم کی۔ جو کسی طرح بچے کے علم میں نہ تھی۔ پھر اس سے اسکول کے بارے میں دریافت کیا۔ اس نے بالکل صحیح کہا کہ میرے بائیں طرف بلڈنگ ہے۔ داہنی طرف کیکر کا درخت ہے۔ سامنے لائبریری کی عمارت ہے۔ الغرض عبداللہ کے حکم پر بچے نے ساری صحیح تفصیلات بیان کر دیں حالانکہ وہ ان مقامات سے واقف نہ تھا۔ اب عبداللہ کی حالت سن لیجئے۔ یہ ایک اجڈ گنوار ہے۔ لکھنا پڑھنا تک نہیں جانتا۔ جاہل ہے گھٹیا ذوق رکھتا ہے باایں ہمہ بارِش اور نمازی ہے۔ مسخرا بھی ہے۔ گپ باز بھی ہے۔ عبداللہ کی شخصیت میں کوئی جاذبیت نہیں۔ باایں ہمہ ایک خوفناک مقناطیسی شخصیت کا مالک ہے۔ جالب سید نے آخر میں لکھا ہے کہ میرا خیال ہے کہ ان مظاہر کا تعلق اسپریچول ازم اور ہپناٹزم سے ہے!

جناب سید نے درست لکھا ہے۔ عبداللہ تنویم کار تھا۔ اور عبداللہ جیسے صدہا تنویم کار سر بازار سڑکوں پر تماشے دکھاتے مل جائیں گے۔ لیکن ایسے اناڑیوں کو تنویم کاری کی اجازت دینا۔ ہپناٹزم کی سائنس کے ساتھ ظلم ہے۔

بیک نظر

آیئے اب بیک نظر ہیناٹزم اور مسمریزم کے مباحث کا جائز
لے کر اپنے لئے کوئی لائحہ عمل طے کرلیں۔ ہیناٹزم ہو یا مسمریزم ا
دونوں کا تعلق اثر اندازی اور اثر پذیری سے ہے۔ یعنی آپ
تنویم کار کی حیثیت سے معمول کو جو ترغیب دیں۔ وہ اسے سچے دل
قبول کرے۔ لیکن اگر عامل کی قوت ارادی پوری طرح برسرِ کار ہے ا
اسکی مقناطیسی شخصیت دوسرے کو مسحور و مسخر کر سکتی ہے۔ تو پھ
معمول چاہے یا نہ چاہے وہ عامل کے احکامات بجالانے پر مجبور ہے جن
لوگوں کو تنویم کاری میں مہارت کلی حاصل ہوتی ہے۔ تو آدمی تو آد
جانوروں تک کو" مسمرآئزڈ" یا ہیناٹائزڈ" یعنی اس پر تنویمی نیند یا
بے حسی طاری کرسکتا ہے۔ یہ کوئی افسانوی اندازِ بیان نہیں۔ ا
واقعہ یہ ہے کہ شیر۔ ہاتھی۔ ارنے بھینسے ، مگرمچھ اور اژدہے جیسے مہ
اور قوی الجثہ جانوروں تک کو تنویم زدہ" کیا جاتا اور کیا جا سکتا ہے
میں نے خود اس قسم کے کرشمے دیکھے ہیں۔ مگر کیا اس کے معنیٰ یہ ہ
کہ ہیپناٹزم اور مسمریزم (ایک ہی چیز کے دو نام ہیں۔) کا جادو سے کوئ
تعلق ہے؟ جی نہیں! جادو باضابطہ ایک فن ہے۔ اور میں ا
فن سے ناواقف محض ہوں۔ کوئی حتمی رائے سحر و ساحری کے
بارے میں قائم کرلینا ممکن نہیں صرف یہ کہہ سکتا ہوں کہ تنویم کار
اور جادو میں بڑا قریبی رشتہ ہوتا ہے۔ ساحر و مسحور میں وہی را
ہوتا ہے۔ جو عامل تنویم و معمول تنویم بلکہ مرید و مرشد میں پایا جاتا

اب تک یہ بات طے نہیں ہوئی کہ تنویمی قوت کی اصل کیا ہے؟ کیا یہ توانائی کی کوئی ایسی قسم ہے جو ذہن انسانی کے عمل سے پیدا ہوتی ہے۔ مراقبے کی کیفیت میں انسانی دماغ سے بعض قسم کی لہریں نکلتی ہیں لیکن ان لہروں کی سائنسی تشریح اب تک نہیں ہو سکی۔ عین ممکن ہے کہ تنویمی نیند کے دوران بھی عامل و معمول کے درمیان کسی انجان توانائی کی بدولت کوئی ناقابل شکست رشتہ قائم ہو جاتا ہے۔ اس رشتہ کو تنویم کاری کی اصطلاح میں RAPORT کہتے ہیں۔ فن تنویم کے تکنیکی باریکیوں میں غوطہ زنی کئے بغیر عام آدمی کے لئے یہ کافی ہے۔ کہ وہ مسلسل ترغیبات کے ذریعہ اپنے اوپر تنویمی کیفیت طاری کر سکتا ہے! نصاب تعمیر و تنظیم شخصیت (S.C.T) کی تمام مشقیں، ذہن۔ اعصاب اور جسم پر تنویمی اثرات ڈالتی ہیں۔ خصوصیت کے ساتھ سانس ارتکاز توجہ اور مراقبہ کی مشقیں! آپ کو کسی تنویم کار کی تلاش و جستجو کے بجائے خود تنویمی کی مشق کرنی چاہیئے۔ یعنی ترغیبات کے ذریعہ اپنے اوپر غنودگی اور جسم میں تناؤ (میرا جسم اکڑ رہا ہے مجھے نیند آ رہی ہے۔) کی حالت طاری کرنی چاہئیے۔ ترغیبی فقرہ جتنی بار دہرائیں گے۔ اس کیفیت میں شدت پیدا ہوتی چلی جائے گی۔ فرض کیجئے کہ آپ کی ترغیبات سے جسم اور ذہن کوئی اثر قبول نہیں کرتا۔ نہ کرے۔ آپ نیند آتے وقت اور جاگنے کے ساتھ ہی ترغیبی فقرہ مثلاً میں روز بروز بہتر سے بہتر ہوتا چلا رہا ہوں۔ دہرانا شروع کر دیں۔ اور کم سے کم اکیس مرتبہ یہ فقرہ دہرائیں۔ رفتہ رفتہ اس عمل سے معجز نما اثرات ظاہر ہوں گے۔

ڈاکٹر محمد اصغر (فیصل آباد) لکھتے ہیں کہ

کیرول روگ ین (مریضہ) کا بیان ہے کہ میں اس لئے زندہ ہوں کہ مجھے ماں نے اپنی دعاؤں سے مرنے نہیں دیا۔ کیرل روگ ین اب شادی شدہ اور تین بچوں کی ماں ہے اسکی کہانی یہ ہے کہ ۱۹۶۶ء میں وہ کار کے ایک حادثہ میں شدید مجروح ہوگئی تھی۔ دماغی ضرب ایسی لگی کہ کیرل روگ ین پر بیہوشی طاری ہوگئی اور وہ چار ماہ اسی حالت میں رہی۔ اس کا وزن ۱۳۲ پونڈ سے کم ہوکر صرف سینتھ پونڈ رہ گیا۔ ڈاکٹروں نے اعلان کر دیا کہ اب وہ مریضہ کی جان بچانے سے قاصر ہیں۔ اور یہ کہ اسکی جان بری کی امید صرف پانچ فیصد ہے شفا یاب مریضہ کا بیان ہے کہ اسکی ماں ہر روز اسکے کان میں کہتی تھی کہ خدا ہر چیز پر قادر ہے اور وہ تجھے تندرست کرے گا! دعا اور دوا نے آخر اثر دکھایا اور لڑکی چند ماہ میں بالکل ٹھیک ہوگئی۔ (مطبوعہ نوائے وقت ... ۶) حقیقت یہ ہے کہ دعا بجائے خود ایک ترغیبی قوت ہے۔ آپ اضطرار و اضطراب کے عالم میں پورے اخلاص کے ساتھ جو دعا مانگتے ہیں۔ وہ نفس انسانی کے اندر بعض حیرت انگیز طاقتوں کو جنم دے دیتی ہے۔ اور آدمی پیش آمدہ مصائب پر غالب آنے کے لئے کوشاں اور غالب آجاتا ہے۔ عقیدہ بہت بڑی طاقت ہے۔ نفس کا وہ حصہ جو عقیدہ کی براہ راست گرفت میں رہتا ہے عقل کی نکتہ نازی سے بچا رہتا ہے۔ تنویمی ترغیبات خواہ وہ ترغیب دوسرے کی زبان سے ادا ہو یا آپ خود ترغیبی پر عامل ہوں نفس کے اس حصے پر اثرانداز ہوتی ہے جو براہِ راست عقیدے کو قبول کرنے پر مستعد رہتا ہے۔ تنویمی علاج سو فیصدی سائنسی طریق علاج ہے۔